

CARL CEDERSTRÖM

# LA ILUSIÓN DE LA FELICIDAD

El temerario camino hacia un  
nuevo modelo de bienestar



**Alianza** editorial

CARL CEDERSTRÖM

# La ilusión de la felicidad

El temerario camino hacia un nuevo modelo  
de bienestar

Traducción de Giulia Togato

**Alianza** editorial

# Índice

## INTRODUCCIÓN

1. EN LA CAMA CON WILHELM REICH
2. NARCISISMO COMPULSIVO
3. FELICIDAD S.L.
4. UN COLOCÓN DE FELICIDAD
5. HOMBRES DE PLACER

## CONCLUSIÓN. LA FELICIDAD DESPUÉS DE TRUMP

## AGRADECIMIENTOS

## CRÉDITOS

# INTRODUCCIÓN

*Juez:* Simplemente, ¿qué es lo que queréis hacer?

*Heavenly Blues:* Bueno, queremos ser libres. Queremos ser libres de hacer lo que queramos hacer.

*Ángeles salvajes* (1966)

## ***La ilusión de la felicidad. Una esquila***

Al ser una expresión de lo que deseamos y anhelamos, la ilusión de la felicidad es una ilusión compartida acerca de la buena vida. Como todas las ilusiones, reúne un conjunto de valores morales que funcionan como una especie de mapa que nos lleva a la vida feliz. La naturaleza de estas ilusiones cambia en el tiempo y el espacio. Para los antiguos griegos, la ilusión de la felicidad suprema consistió en una vida contemplativa, inmóvil y tranquila. Llegar allí no fue fácil. Tuvieron que elevarse por encima de ellos mismos, trascender la condición ordinaria del ser humano y cultivar una larga lista de virtuosas facultades.

En estas páginas me centraré en la ilusión de la felicidad que ha subyugado al rico Occidente durante casi un siglo. Se trata de una ilusión de autorrealización según la cual solo hay una manera para ser feliz, es decir, alcanzando todo el potencial como ser humano. Se trata de vivir en un estado de autenticidad, donde se te invita a vivir tu vida en oposición a la vida de otra persona. Es buscar la felicidad en forma de placer, un placer mediante el cual las actividades cotidianas más rudimentarias se convertirían en momentos de potencial regocijo. Y se trata de venderte en el mercado, trabajando duro para desarrollar tu marca y lograr una ventaja competitiva. En resumen, se trata de una ilusión que le permite a uno darse cuenta de su verdadero potencial interior, entendiéndose este como recurso de mercado y como parte del ser humano. La idea de ilusión de la felicidad surgió en la década de 1920, alcanzó su auge en la década de 1960, y murió en la madrugada del 9 de noviembre de 2016.

Justo antes de las 3:00, en el Hilton Ballroom de Manhattan, en la ciudad de Nueva York, Donald Trump bajaba lentamente por la escalera ubicada al lado del escenario, acompañado por la banda sonora de *Air Force One* y apuntando los pulgares hacia arriba, justo antes de dirigirse al público entusiasta: «Trabajando juntos, comenzaremos la tarea urgente de reconstruir nuestra nación y renovar el Sueño Americano. He pasado toda mi vida en el mundo de los negocios, viendo cómo se desaprovechaba el potencial sin explotar de proyectos y personas».

De camino a la universidad, esa mañana, escuché aquellas palabras resonar en mi cabeza: potencial sin explotar. Se quedaron en mi mente durante un tiempo. Hablé sobre el movimiento del potencial humano en mi última conferencia, mostrando vídeos de la década de 1960 sobre cursos y seminarios en los que los aprendices gritaban y chillaban con el objetivo de despojarse de las capas de su ser inauténtico para alcanzar su verdadero potencial.

Escenas que fueron tomadas en el Instituto Esalen de California, inaugurado en 1962. En los años sesenta, Esalen fue la parada obligatoria para todas aquellas personas que deseaban explorar sus seres interiores. Las drogas psicodélicas y el misticismo oriental se fundieron con la psicología moderna para probar nuevos caminos útiles que pudieran expandir y extender el «yo» humano. El tema de las primeras jornadas fue «El potencial humano», idea lanzada por uno de los organizadores después de asistir a una charla de Aldous Huxley, un par de años antes, cuyo discurso exaltaba la necesidad de reconocer que todas las personas son diferentes y que es necesario encontrar formas de dar vida a todo su potencial<sup>1</sup>.

A diferencia de Huxley, a Trump nunca le interesó la diversidad humana. Sus mujeres se ven iguales, al igual que sus hombres. No comparte la ética antiautoritaria del movimiento del potencial humano, sino que habla y actúa como un autócrata. Desde que asumió el cargo, Trump ha intentado imponer — a personas de países mayoritariamente musulmanes— la prohibición de viajar a Estados Unidos, ha tomado duras medidas en contra de los derechos LGBT y ha apoyado abiertamente la supremacía blanca.

En mi opinión, la idea de potencial humano refleja no solo una versión del Sueño Americano, sino también una visión de la felicidad, una visión que se

ha extendido por todo el mundo occidental durante el último siglo, sugiriendo con optimismo que todos pueden tomar el control de sus vidas y materializar su potencial interior. Mi argumento es que esta idea es una especie de ilusión, tal y como indico en el título de este libro. Pero cuando digo ilusión, no estoy sugiriendo que esta versión de la felicidad sea irreal. Por el contrario, es una ilusión muy real, puesto que ha movilizad las emociones de las personas y, por extensión, la forma en que se imagina la buena vida.

El tema de este libro es la ilusión de la felicidad que ganó amplia popularidad gracias a las contraculturas de los años sesenta, cuando se soñaba con un mundo diferente, enfrentado a una sociedad basada en valores conservadores, acumulación de riquezas, dominación y violencia. Medio siglo después, esta ilusión ha adquirido un semblante completamente diferente. Ya no se plantea como una alternativa al capitalismo, sino como uno de sus componentes. Ya no se opone a la dominación; es parte de la dominación.

«Realmente no lo vimos venir, el nuevo mundo del individualismo rabioso y la santidad del beneficio», escribió Jenny Diski en su libro *Los sesenta*<sup>2</sup>. Los años sesenta fueron un momento de «lucha por la individualidad y un impulso persistente de rebelarse contra la primera mitad —muerta— del siglo XX»<sup>3</sup>. Y luego, sin que Diski y sus amigas lo vieran, llegaron Margaret Thatcher y Ronald Reagan y le robaron sus palabras favoritas —libertad, autodeterminación, liberación— y torcieron su significado para que encajara en la agenda política de sus partidos de derechas.

Aún no se habían dado cuenta de *cuán* diferente sonaba ahora el sentido de estas palabras. Al escuchar a Trump hablar sobre el potencial humano esa mañana, más de cincuenta años después de que Huxley expresara por primera vez esta noción, no pude evitar pensar que la ilusión de la felicidad estaba, ya oficialmente, muerta y enterrada.

En este sentido, este libro es una esquela.

### ***La felicidad: una ilusión moral***

Cuando hablamos de felicidad parece que hablamos de ilusiones, más específicamente de ilusiones moralistas que dibujarían el esquema a seguir

para lograr la buena vida. Esta afirmación puede parecer extraña cuando se aplica a declaraciones conceptuales sobre lo que la felicidad es o no es. Pero adquiere más sentido cuando consideramos la felicidad históricamente. Entonces queda claro que el concepto actual de vida feliz, propiedad del rico Occidente, es algo completamente diferente a lo que, en el pasado, se solía conceptualizar como felicidad.

En su libro *Una historia de la felicidad*, el historiador Darrin M. McMahon proporciona una descripción de cómo la noción se expresó y aceptó a lo largo del tiempo, retrocediendo hasta el nacimiento de la civilización occidental, en la antigua Grecia<sup>4</sup>.

Según Aristóteles, uno de los primeros en prestar gran atención al tema, la felicidad consistía en ser buena persona. La vida feliz, lo que los griegos llamaron *eudemonía*, consistía en una vida ética, guiada por la razón y dedicada a cultivar las virtudes de cada uno. Poco después, los epicúreos conectaron la idea de felicidad a la del placer. Argumentaron que la buena vida se alcanzaría mediante actividades placenteras. Sin embargo, no fueron hedonistas y predicaron una estricta regulación del deseo. Para ser feliz, dijo el propio Epicuro, solo necesitaba un bizcocho de cebada y un poco de agua.

Los estoicos no asignaron un estatus especial al placer, argumentando que una persona tiene la capacidad de ser feliz sin importar cuán desalentadoras y dolorosas puedan ser las circunstancias de la vida. Mucho más tarde, el cristianismo predicó y practicó durante toda la Edad Media la evitación completa del placer; consideró el dolor como el camino más útil, renunciando a una vida feliz en pro de una especie de unión divina en la otra vida. Ese estado tan deseado no podría alcanzarse en la vida terrenal, sino solo como un regalo de Dios, en el paraíso.

El Renacimiento, sin embargo, trajo la felicidad del cielo a la tierra. Solo durante la Ilustración se convirtió en un derecho, algo que todas y cada una de las personas pudieron lograr y alcanzar. Cuando Thomas Jefferson escribió — en la Declaración de Independencia — que la búsqueda de la felicidad era un derecho inalienable, no solo pretendía decir que el hombre debía buscar el placer, sino que también tenía derecho a adquirir y poseer propiedades.

Lo que apreciamos hoy en día en el rico oeste tiene su propio carácter distintivo.

Contrariamente al mensaje transmitido por el cristianismo, según el cual nos abandonamos a nosotros mismos para lograr la unión divina, ahora se nos pide que sigamos la unión con nosotros mismos. Para ser felices en una época en la que se premia la autenticidad y el narcisismo necesitamos expresar nuestro verdadero ser interior, ponernos en contacto con nuestros sentimientos más profundos y seguir el camino que nosotros mismos establecemos.

También quedaron lejos los días de los epicúreos ascéticos. En la cultura moderna, basada en el consumo hedonista, nos sentimos impulsados a desear más que un pastel de cebada y agua. Para ser felices debemos optimizar nuestro disfrute, ya sea a través de la comida, la fiesta, el relax o el sexo.

Y a diferencia de los antiguos griegos —perezosos— se supone que encontramos la felicidad a través del trabajo y de la productividad. Estamos obligados a curar nuestro valor de mercado, gestionarnos como si fuéramos empresas y vivir siguiendo un espíritu emprendedor. Ningún pecado es más grave que estar en paro, y no hay vicio más despreciado que la pereza; la felicidad solo se aplica a aquellos que trabajan duro, tienen la actitud correcta y luchan por la superación personal.

Estos son algunos de los valores morales que parecen influir en la felicidad actual: ser auténtico, disfrutar, ser productivo y, lo más importante, no depender de otras personas para lograr estos objetivos, porque tu destino está, por supuesto, en tus propias manos.

Este es un mensaje popular, y lleva siéndolo desde hace algún tiempo. Suele estar orientado a pobres y desempleados: se les hace creer que sus desgracias son el resultado de su actitud de inferioridad y su incapacidad para tomar las riendas. Se les recuerda que no están trabajando lo suficiente.

### *¿Qué pasó con la promesa de los sesenta?*

A partir del siglo XX estos valores morales tuvieron una profunda influencia en la cultura occidental. Dieron forma a la manera en que reflexionamos sobre la felicidad y, por lo tanto, también a cómo llevamos nuestras vidas. Cuando — en los años cincuenta y sesenta— la autorrealización apareció como una noción deseable, fue fácil comprender su atractivo. Lejos quedaron los días sombríos de la infelicidad freudiana. Las personas, por fin, no estarían

obligadas a conformarse con la imposición de una idea sobre cómo vivir. La estabilidad y el aburrimiento fueron reemplazados por la movilidad y la aventura, tal y como se cuenta en la película *Los ángeles salvajes* (1966); cuando un juez le pregunta al motociclista rebelde Heavenly Blues (interpretado por Peter Fonda) qué es lo que su grupo de moteros y él quieren hacer, él responde: «Bueno, queremos ser libres. Queremos ser libres de hacer lo que queramos». Luego añade, hablando en nombre de sus entusiastas amigos motoristas en segundo plano: «Y queremos estar a tope. Y queremos pasar un buen rato. Esto es lo que vamos a hacer. Vamos a montar una fiesta».

El tipo de vida que anteriormente se evitó y consideró inmoral se volvió ampliamente aceptable en la década de los sesenta, a pesar del recelo mostrado por algunos conservadores, como en el caso del altivo periodista estadounidense que ridiculizó a John Lennon y a su esposa Yoko Ono cuando estos, en 1969, pasaron dos semanas en una cama de hotel para protestar contra la guerra de Vietnam. El periodista se burló y respondió con desprecio a la afirmación de Lennon de ser el portavoz de todos, afirmando: «Sea cual sea la raza que usted representa, no soy parte de ella».

El sueño de paz y felicidad, escenificado por Lennon y Ono en su cama sigue siendo una imagen evocadora de la revolución de los sesenta, un período que fusionó la búsqueda de autenticidad y sexualidad en el marco común de la vida buena y pacífica.

Sin embargo, en el transcurso del último medio siglo, esta ilusión de la felicidad se ha vuelto aún más difícil de sostener. El sueño de buscar la vida que uno desea, en oposición a una vida predeterminada por los padres o por la propia comunidad, siempre ha estado muy relacionado con el sueño de movilidad. Por supuesto, emprender un camino hacia una vida más auténtica es muy difícil si uno no puede dejar atrás la vida inauténtica que lleva. Pocos cuentan con los recursos financieros para moverse, ya sea social o geográficamente. Según un informe de 2015, tres cuartas partes de los estadounidenses creen que el sueño americano está en declive, lo cual no resulta sorprendente puesto que un tercio de los estadounidenses vivió en estado de pobreza durante al menos dos meses entre 2009 y 2011. Frente a la pobreza, la estabilidad parece ser más importante que la movilidad, tal y como confirmó una encuesta realizada por *Pew* en 2015: el 92% de los

estadounidenses prefiere la estabilidad a la movilidad.

Podemos observar una transformación similar en relación con el hedonismo. Dedicarse al disfrute fue quizás una tarea desalentadora en la primera parte del siglo XX, cuando se respaldaban moralmente el ahorro y la frugalidad. Sin embargo, en el tipo de sociedad de consumo que experimentamos hoy, la búsqueda del placer es la norma cultural. Ya en 1976 el sociólogo estadounidense Daniel Bell señaló que el hedonismo —la noción de placer como forma de vida— es, a la vez, la justificación cultural y moral del capitalismo<sup>5</sup>. Esto no significa que de repente vivamos una vida más agradable. Tal y como apuntó el teórico social Mark Fisher, hoy el problema no es nuestra incapacidad para obtener placer, sino nuestra «incapacidad para hacer cualquier otra cosa que no sea perseguir el placer»<sup>6</sup>.

También hay buenas razones para cuestionar la creencia arraigada de que el trabajo es el camino hacia la autorrealización, especialmente ahora, en un contexto de trabajo precario en el que muchas personas no saben cuándo y dónde aparecerá su próximo sueldo. Intentar que la oficina sea un lugar más feliz no sería en sí mismo problemático si eso implicara atender cuidadosamente las necesidades de los empleados. Tampoco es perjudicial que las personas deseen trabajos gratificantes, siempre y cuando puedan ganarse la vida con esos trabajos. Y no es necesariamente nocivo disolver la línea entre el trabajo y la vida, siempre que uno tenga la suerte de hacer lo que quiere, como en el caso de John Lennon, que se negó a considerar la música como un trabajo. Pero lo que experimentamos hoy, puesto que la felicidad en el trabajo se ha vuelto obligatoria, es algo completamente diferente. Los empleados han de sonreír de manera auténtica cuando saludan a los clientes; de no ser así, podrían perder sus trabajos, como en el caso de un empleado de la cadena británica de comida rápida *Pret à manger*<sup>7</sup>. En la era del «Haz lo que amas», los recién graduados deberían de estar agradecidos por tener la oportunidad de hacer unas prácticas en una empresa dinámica y con un nombre guay y, por lo tanto, tendrán que acceder a aguantar largas horas de trabajo sin sentido —y sin percibir remuneración alguna—. En la mayoría de los casos difuminar el límite entre el trabajo y la vida no significa alcanzar una mayor autorrealización, sino responder correos electrónicos varias horas después de que termine la jornada laboral.

Sabemos que los niveles de movilidad social siguen siendo asombrosamente bajos tanto en los Estados Unidos como en el Reino Unido. Y, sin embargo, la noción delirante de que todas las personas, independientemente de sus antecedentes y circunstancias, pueden transformar sus vidas a través del poder del pensamiento positivo sigue siendo una fuerte convicción, promovida por políticos influyentes, como Donald Trump.

### *Una doctrina cruel y amenazante*

La ilusión de la felicidad que floreció en los Estados Unidos en la década de los sesenta, basada en la noción optimista de que todos pueden materializar su potencial interior, ahora se ha convertido en una doctrina cruel y amenazante, estratégicamente empleada para sostener y normalizar las desigualdades estructurales del capitalismo contemporáneo. Esto no quiere decir que todo fuera de color de rosa en la «Era de Acuario». La lectura del ensayo de Joan Didion *Slouching towards Bethlehem* permite poner fin a esos mitos. Cuando en la primavera de 1967 la autora se fue a San Francisco no encontró «valientes esperanzas» ni «promesas nacionales», sino un lugar en desorden, con adolescentes que iban de ciudad en ciudad, familias que desaparecían y una madre que le administraba a su hija de cinco años peyote y ácidos<sup>8</sup>. Un reciente documental televisivo sobre la comuna danesa *Christiania* ofrece una descripción similarmente oscura de la era *hippie*, contando la historia desde el punto de vista de los niños, quienes fueron abandonados a su suerte mientras sus padres se preocupaban por el despertar espiritual (inducido por las drogas). No quiero idealizar los años sesenta afirmando que la fantasía y la realidad fueron perfectamente compatibles. Lo que me interesa aquí es la transformación de la ilusión de la felicidad. ¿Por qué las nociones de libertad individual y liberación sexual que florecieron en los años sesenta en protesta a las instituciones paternalistas y la explotación capitalista experimentaron una transformación tan dramática? Tanto si estos valores se diluyeron o no en un principio, ahora se han vuelto a empaquetar bajo la semblanza de lemas corporativos, usándolos como técnica retórica para reclutar sujetos con el fin de explotarlos.

Para explicar qué ha sido de esta ilusión basta con centrarse en la figura de

Donald Trump. Si alguien como John Lennon —auténtico, sexualmente liberado e inmensamente productivo en su trabajo creativo— simbolizó el carácter evocador de la ilusión de la felicidad en la década de 1960, Donald Trump personifica la pesadilla que hoy en día se asocia a la misma ilusión. A pesar de ser diferente a Lennon en todos los aspectos significativos, Trump encarna, sin embargo, las mismas cualidades. Él es auténtico, en el sentido de que establece su propio camino sin prestar demasiada atención a lo que otros dicen o piensan. Es un producto del hedonismo, ya que no intenta ocultar su amor por las jóvenes modelos y la comida rápida grasienta. Y es un adicto al trabajo que se aplaude a sí mismo, jactándose de no dormir más de cuatro horas por noche.

### ***Breve historia de la ilusión de la felicidad***

A pesar de que la idea de la ilusión de la felicidad alcanzara su apogeo en la década de 1960, su historia empezó antes. Comenzó gracias al psicoanalista austriaco Wilhelm Reich y su interpretación no convencional de los impulsos sexuales, que causó una fuerte impresión en Freud cuando los dos se conocieron en Viena, a principios de 1920<sup>9</sup>. Muy pronto Reich se presentaría como el miembro más joven del círculo de los íntimos de Freud. Sin embargo, pocos años después, cuando las teorías y prácticas de Reich tomaron un giro más excéntrico y sexual, se volvió ampliamente impopular entre sus colegas analistas, se vio marginado y, finalmente, después de varios años de controversia, fue expulsado tanto de las sociedades psicoanalíticas locales de Viena y Berlín como de la Asociación Psicoanalítica Internacional. Reich ganó protagonismo en esta historia porque ofreció una visión inusual pero distinta de la felicidad, en la que combinó el imperativo moralista de ser auténtico con el del placer sexual. Su ilusión de felicidad llegó más allá de la represión sexual. Más específicamente, fue una ilusión francamente moralista, puesto que lo que determinaba si uno estaba sano o no, argumentó Reich, era su capacidad de alcanzar lo que él llamó el orgasmo completo. No hacerlo era señal de que el sujeto estaba enfermo. Reich no fue el primero en vincular la felicidad con la autenticidad. Podríamos pensar en varios precursores, desde Rousseau pasando por los románticos de Jena hasta los trascendentalistas

estadounidenses, como Ralph Waldo Emerson y Henry David Thoreau. Reich tampoco fue el primero en vincular la felicidad con el placer sexual. Por un lado, el marqués de Sade afirmó que la sexualidad y el placer constituyen los cimientos de la felicidad y la libertad individual. Pero, aun así, Reich fue el primero en unir estos dos ideales y expresarlos en forma de una ilusión de felicidad o, como él solía decir, «felicidad sexual».

Pocos años después de su muerte, las ideas de Reich se volvieron fundamentales para el creciente grupo de bohemios californianos y los movimientos contraculturales que comenzaron a tomar forma. A finales de la década de los sesenta, se evocaron el nombre y las ideas de Reich cuando los jóvenes de ambos lados del Atlántico se rebelaron contra lo que ellos consideraron maquinarias opresivas del Estado. Los centros de entrenamiento en autotransformación que comenzaron a surgir en la década de 1960 a menudo se basaron en las ideas de Reich.

A lo largo de las siguientes décadas, estos centros se convirtieron en un fenómeno de masas en continuo crecimiento que atraería a cientos de miles de personas, en los Estados Unidos y en otros lugares del mundo. La ilusión de la felicidad que se vendió en estos lugares, y a la que la gente esperaba tener acceso, se basó en la fantasía de la liberación sexual y existencial, tal y como la definió Reich unas décadas antes.

El momento crucial de esta historia, en mi opinión, fue a mediados de la década de los setenta, cuando muchos de estos centros de capacitación comenzaron a desarrollar un enfoque más comercial. La gente iría a estos lugares y se sometería a una amplia variedad de técnicas experimentales similares a las ofrecidas a principios de los sesenta; sin embargo, ahora la esperanza sería convertirse en un profesional más exitoso y eficiente. Por esos años, el movimiento del potencial humano, con su enfoque original basado en la autotransformación, adquirió una naturaleza más comercial. La autorrealización ya no era solo un fin, sino un medio eficaz para enriquecerse materialmente y tener más éxito profesional; en resumen, una estrategia para estar más en sintonía con el mercado. En las décadas de 1980 y 1990, cuando las corporaciones comenzaron a desarrollar fuertes culturas corporativas, recurrieron al movimiento del potencial humano en busca de inspiración. Al darse cuenta de que esta era una oportunidad sin precedentes para hacer que

los empleados se comprometieran más con el trabajo, las grandes corporaciones comenzaron a integrar frases sobre el potencial humano en sus culturas corporativas y, en algunos casos, incluso usaron estas expresiones al formular las declaraciones de su misión empresarial.

Lo que pretendo en este libro es entender de qué manera esta ilusión de felicidad particular, tal y como se concibió originalmente, en protesta a la sociedad, se cooptó e integró en las culturas corporativas, la psicoterapia convencional y el discurso farmacéutico. ¿Por qué las nociones de autorrealización y autodesarrollo, que aparecieron en un momento definido por la riqueza y la abundancia, siguen respaldadas hoy día, en una época definida por la precariedad y la austeridad? Y finalmente, considerando que la ilusión de felicidad ya no tiene ningún papel significativo que jugar, ¿cuáles son las alternativas?

Estas son las preguntas que deseo abordar en el transcurso de este libro. Comenzaré por Wilhelm Reich, el psicoanalista radical cuyas ideas llegaron a tener —en los años sesenta— una profunda influencia en la rebelión contra la tradición y los valores conservadores, especialmente en referencia a la liberación sexual y personal. Mi convicción es que nuestra ilusión de felicidad actual, que en gran medida organiza nuestra noción de la buena vida, surgió a raíz del trabajo de Reich. Luego consideraré la peculiar evolución de todas estas ideas, promovidas por los gurús de la autoayuda —gurús con mentalidad empresarial— que lograron convertirlas en programas de entrenamiento masivo en los que la gente aprendió cómo combinar la liberación personal con el éxito financiero. Esta época llegó a conocerse como la «Década del yo», durante la cual el egoísmo y el narcisismo fueron aclamados como valores morales. Argumentaré que la cultura del narcisismo que prevaleció en la década de los setenta es radicalmente diferente a la cultura narcisista que vivimos hoy, puesto que ahora los jóvenes se ven obligados a autopromocionarse. No son narcisistas por elección, sino por necesidad. Luego analizaremos más de cerca las corporaciones y cómo estas se adaptaron, en los setenta, a una nueva cultura en la que se valoraron la autenticidad y el placer. Palabras como libertad y empoderamiento, que se habían empleado en contra de las corporaciones en la década de 1960, comenzaron a filtrarse en el discurso de la Administración durante estos años,

con el objetivo de atraer tanto a consumidores como a trabajadores. La ambición era erradicar la frontera entre la producción y el consumo, por un lado, y la búsqueda de la felicidad, por el otro. A partir de ese momento la ilusión de la felicidad ya no se opuso al trabajo ni al capitalismo en general, sino que se persiguió a través del trabajo. Una transformación similar se puso en marcha en cuanto a las drogas. Si en los sesenta las drogas fueron parte integral de la ilusión de felicidad —permitiendo expandir el mundo y explorando nuevas dimensiones de la mente—, hoy se han convertido en el medio a través del cual podemos adaptarnos a las demandas de la sociedad; gracias también a la psiquiatría y a las compañías farmacéuticas, nos ayudan a lograr la normalidad y a ser funcionales, productivos y eficientes. En Silicon Valley hay grupos de empresarios que se dedican a experimentar con ayahuasca y LSD para incrementar su creatividad. Gran parte de los estudiantes universitarios estadounidenses ingieren Adderall y Modafinil para mejorar su productividad. Sin embargo, no todas las drogas son fácilmente compatibles con la ilusión de felicidad. Teniendo en cuenta la actual crisis de los opioides, es difícil ver una conexión entre las drogas, por un lado, y la creatividad, la productividad y la felicidad, por el otro.

En el siguiente capítulo consideraré el hedonismo y la llamada al disfrute, inseparables del fundamento moral del capitalismo basado en el consumo. Desde sus orígenes en el epicureísmo, el hedonismo ha llegado a designar el derecho al placer, ya sea en forma de consumo o sexo. Este modelo de derecho al placer, que explotó en los años sesenta, llegó lógicamente a su punto final cuando se grabó a Trump diciendo que, como celebridad, tienes derecho a hacer cualquier cosa: «Agárralas por el coño».

Mi afirmación en este libro es que la ilusión de la felicidad, que ha moldeado nuestra noción de la buena vida durante el último siglo, ha perdido su atractivo. Ya no sirve el propósito de las multitudes, sino el de unos pocos. Ya no se trata de ampliar las posibilidades humanas, sino de reducirlas. Y de ninguna manera es un sueño feminista, sino una fantasía de autodomínio orientada a los hombres.

Terminaré este libro con una nota relativamente optimista, afirmando que necesitamos re-imaginar la ilusión de la felicidad. En lugar de pensar acerca de la felicidad en términos individualistas y delirantes, debemos considerarla

como una lucha colectiva y un compromiso con la verdad. Creo que algo parecido ya está ocurriendo. Mientras escribo estas líneas se está produciendo una revolución, gracias a mujeres valientes que se reúnen en masa para revelar sus experiencias de abuso sexual. Al hacerlo, exponen la violencia estructural en marcha, que de ninguna manera se restringe a figuras como Harvey Weinstein y Donald Trump, puesto que incluye a muchos otros hombres a los que, en virtud de sus cargos, se les permite hacer lo que quieran, en nombre de un «derecho al placer». Esta es una historia de dolor y sufrimiento. Sin embargo, ser testigos del desmoronamiento de las estructuras de poder que han protegido a estos hombres también es estimulante, y quizás sea el comienzo de algo nuevo. Tal vez ahora podamos comenzar a articular nuevas ilusiones sobre lo que consideramos la buena vida, fantasías que podrían alejarnos del callejón sin salida de nuestra cultura contemporánea, basada en el culto a la individualidad auténtica, la competencia implacable y el imperativo de disfrutar.

Este no es un libro sobre la felicidad como tal. Es un libro sobre la historia de una idea. O la historia de una ilusión, una fantasía que surgió gracias al trabajo de Reich en la década de 1920, alcanzó su apogeo en el espíritu revolucionario de los años sesenta y se vio absorbida por la cultura del consumo y la política conservadora de la década de 1980; una fantasía que murió recientemente, cuando Trump llegó a su oficina refiriéndose —en su discurso de aceptación del cargo, sin saberlo— a Huxley y a su visión del mundo basada en el potencial humano y en un profundo respeto hacia las diferencias humanas —una visión diametralmente opuesta a lo que ahora Trump, y su Administración, proponen—.

---

<sup>1</sup> Jeffrey J. Kripal, *Esalen: America and the Religion of No Religion* (Chicago: University of Chicago Press, 2007).

<sup>2</sup> Jenny Diski, *The Sixties* (London: Profile Books, 2010), p. 9.

<sup>3</sup> Diski, *The Sixties*, p. 5.

<sup>4</sup> Darrin M. McMahon, *Happiness: A History* (New York: Atlantic Monthly Press, 2006).

<sup>5</sup> Daniel Bell, *The Cultural Contradictions of Capitalism* (New York: Basic Books, 1976).

<sup>6</sup> Mark Fisher, *Capitalist Realism: Is There No Alternative?* (London: Zero Books, 2009), p. 22, subrayado original.

<sup>7</sup> Paul Myerscough, «Short Cuts», *London Review of Books* 35(1), 3 January 2013.

<sup>8</sup> Joan Didion, *Slouching Towards Bethlehem* (New York: Farrar, Straus and Giroux, 1968).

<sup>9</sup> Esta historia está parcialmente inspirada en el tercer episodio del documental de Adam Curtis, *The Century of the Self*, en el que analiza a Wilhelm Reich y su influencia en el movimiento del potencial humano y, por extensión, a Werner Erhard. Si bien hay algunas similitudes entre el documental de Curtis y este libro, mi enfoque es totalmente diferente. Mientras que Curtis se centra en el consumismo y el mercadeo, yo lo hago en la felicidad y en cómo se ha integrado en la cultura del trabajo, en cómo ha ayudado a moldear una versión particular de la subjetividad neoliberal, basada en la precariedad.

# 1. EN LA CAMA CON WILHELM REICH

Sé cuán amargamente te resistes a tu integridad, conozco el miedo mortal que te sobreviene cuando te piden que sigas tu propia y auténtica naturaleza. Quiero que dejes de ser infrahumano y te conviertas en «tú mismo». «Tú mismo», te digo. No el periódico que lees, ni la opinión de tu vicioso vecino, sino «tú mismo».

Wilhelm Reich, *¡Escucha, hombrecillo!*<sup>10</sup>

## *El encuentro con Reich*

La primera vez que tuve noticias del desventurado psicoanalista Wilhelm Reich (1897-1957) fue gracias al documental de Adam Curtis *El siglo del individualismo*. O eso pensaba. Lo vi hace unos años, lo vi de nuevo, y luego comencé a usar extractos del documental en mis propias clases, para reflexionar sobre el cambio dramático de la cultura estadounidense en la década de los sesenta. El documental muestra escenas maravillosamente evocadoras de personas que gritan y vocean en aulas poco iluminadas, con colchones blandos tirados por el suelo. En estas reuniones, a los participantes se les pedía que se despojaran de sus capas inauténticas; se creía que, actuando sobre su verdadero yo interior, se liberarían. A pesar de que Reich muriera en 1957, justo unos años antes de que el movimiento del potencial humano despegara, jugó un papel importante en su creación. Reich fue un precursor importante, una inspiración espiritual. Al igual que estos movimientos, Reich fue más optimista en cuanto al potencial interior de las personas que acerca de la organización de la sociedad, la cual, en su opinión, desempeñaba un papel opresivo, impidiendo que las personas se convirtieran en lo que realmente quieren ser. La historia de Reich, tal y como se comenta en el documental, fue breve pero fascinante. De aclamado analista en Viena, en la década de 1920, a proscrito permanente, fue expulsado no solo del *establishment* psicoanalítico —en la década de 1930—, sino también de varios países (en su mayoría escandinavos); ya anciano y algo loco, fue

encarcelado en los Estados Unidos por promocionar y vender su acumulador de orgón fabricado en casa, una gran caja de madera con interior de metal diseñada para mejorar las capacidades orgásmicas de las personas. La caja fue luego parodiada y bautizada con el nombre Orgasmatrón en la comedia *El dormilón* de Woody Allen.

Sin embargo, me di cuenta de que la primera vez que tropecé con Reich no fue gracias al documental de Curtis. Hacía ya más de diez años que le conocía, a través de la música de Kate Bush y su maravillosa melodía «Cloudbusting», que apareció en su álbum de 1985, *Hounds of love*. Al ver recientemente el vídeo musical me di cuenta de que la canción tenía que ver con Reich y relataba su trágico destino. El vídeo comienza con dos personajes parecidos a Sísifo, protagonizados por Donald Sutherland (como Reich) y Kate Bush (como hijo de Reich), empujando un enorme objeto cubierto cuesta arriba. Una vez alcanzada la cima, exhaustos y felices, destapan una construcción de metal con ruedas y palas, parecida a una enorme arma antiaérea. Mientras Reich apunta el arma al cielo, su hijo lo mira con asombro. Al final de su vida, Reich deliraba creyendo que su llamada «pistola de orgón» era útil no solo para alterar el clima y generar lluvias, sino también para defender la Tierra de una amenaza inminente del espacio exterior. Murió en prisión a los sesenta años.

Más que un loco, Reich fue un hombre que llegó a tener una profunda influencia en cómo hoy pensamos en la felicidad. No estoy sugiriendo que descubrió una noción completamente nueva de felicidad que luego pasaría a convertirse en el guion fundamental de la cultura occidental. Sin embargo, fue el primero en conectar la autenticidad y el placer sexual a una noción coherente de felicidad. Así pues, jugó un papel crucial en la formación del tipo de ilusiones de felicidad que ahora, aproximadamente un siglo después, permean nuestra cultura. Lo que hace que Reich sea interesante para el presente análisis no es solo su teoría, a menudo expresada con enojo. Estoy de acuerdo con Philip Rieff cuando afirma que leer la obra de Reich «es como ir a una reunión pacifista: uno está un poco asustado por presenciar tanta agresividad, agresividad mostrada por hombres que suplican el fin de la agresividad»<sup>11</sup>. Los textos de Reich, especialmente los últimos, son hiperbólicos y agresivos, como cuando escribe: «Quiero que dejes de ser infrahumano y te conviertas en “tú mismo”, repito, “Tú mismo, te digo”»

(véase el epígrafe anterior). Debo admitir que la lectura de estos textos no es especialmente agradable. Tampoco puedo encontrar ningún signo visible de genialidad, contrariamente a lo que muchos otros afirman. Pero esto no compromete el atractivo de Reich. Lo que fascina es su capacidad inquebrantable de estar siempre en el lugar correcto y en el momento correcto, inscribiéndose en momentos históricos críticos. O en el lugar equivocado en el momento equivocado, según se mire. Porque, al fin y al cabo, él estuvo allí, primero en Viena cuando Freud y sus compañeros sentaron las bases para lo que luego se convertiría en una visión masiva e influyente de la psique humana. Reich trabajaba en una de las clínicas gratuitas de Viena cuando por primera vez el psicoanálisis se puso al alcance de la gente común. Y Reich otra vez estuvo allí, aunque como una sombra, cuando los jóvenes estadounidenses salieron a la calle (o al campo) para rebelarse contra el viejo mundo burgués de la conformidad, estableciendo lo que se llegó a conocer como la revolución sexual. El hecho de que Reich se volviera conservador y republicano en sus últimos años solo fue otra de las muchas ironías que caracterizaron su vida.

Después de su muerte, Reich llegó a encarnar una fantasía especial, la ilusión de la felicidad más allá de la represión. A medida que la era de la conformidad llegaba a su fin, a principios de la década de 1960, y el individuo ya no se veía obligado a asumir y representar roles preestablecidos, Reich se convirtió en el tipo de imagen de culto que muchos buscaban. Sus libros fueron ampliamente consumidos por la nueva generación de jóvenes bohemios estadounidenses, desde la década de 1940 en adelante. Se convirtió en el símbolo adecuado, aclamado por figuras contraculturales como William Burroughs, Fritz Perls y Paul Goodman. En una época definida por la agitación social, la experimentación política y la confusión existencial, Reich se convirtió en un potente símbolo de esperanza y transformación.

Las jóvenes ya no querían ser como sus madres, cuya imagen estaba atada a la figura de ama de casa, ordenada e infinitamente triste. Y los jóvenes no querían seguir los pasos de sus padres: se negaban a aceptar un trabajo abrumador en una gran empresa, a llegar a casa tarde para comer alimentos insípidos frente a la televisión, para luego repetir la rutina una y otra vez, día tras día, hasta finalmente caer muertos por un ataque al corazón.

En la novela semificticia de Jack Kerouac, *Los vagabundos del Dharma*, el personaje Japhy Rider (inspirado en el poeta Gary Snyder) imagina una revolución contra la monotonía de este tipo de vida. En su revelación ve reunirse a los personajes más peculiares: mochileros errantes, jóvenes estadounidenses en búsqueda del Dharma y los Zen Lunatics.

Todos se negaban a ser partícipes de la ley según la cual hay que trabajar por el privilegio de consumir, a toda esa porquería que en realidad no necesitaban, como frigoríficos, televisores, automóviles, al menos automóviles nuevos y sofisticados, aceites para el cabello y desodorantes que acabarían en la basura de todas maneras, todo parte de un sistema de trabajo carcelario de producción, consumo, trabajo, producción, consumo<sup>12</sup>.

Fue en este clima cultural que las ideas de Reich ganaron fuerza. Lanzó una teoría de la felicidad que, en las décadas posteriores a su muerte, se integraría perfectamente en nuestra cultura. Pensar en la felicidad en términos de búsqueda de la autenticidad, con el objetivo de lograr una vida de placer, de ninguna manera causa controversia hoy en día. Es la noción estándar. La felicidad es una búsqueda individual: una elección.

En aquel entonces, sin embargo, la felicidad no se concebía de esta forma. Cuando, como analista en Austria en la década de 1920, Reich comenzó a promover su propia visión de la felicidad, basada en la suposición de que el individuo tenía que ser sexualmente liberado, la resistencia a sus ideas fue feroz. Más tarde describiría estas luchas en un libro corto y enojado, *¡Escucha, hombrecillo!*, escrito en 1945. «Durante veinticinco años he estado hablando y escribiendo en defensa de tu derecho a la felicidad en este mundo, condenando tu incapacidad para coger lo que te corresponde», escribió. Según Reich, somos nuestros propios maestros y somos libres de hacer lo que queremos con nuestras vidas. «Nadie es culpable de tu esclavitud, sino tú mismo. Nadie más, te digo»<sup>13</sup>. Cuando se escribieron estas palabras, la conformidad y la seguridad seguían siendo las normas culturales predominantes. Una vida feliz se asociaba automáticamente a la comodidad material, a la seguridad psicológica y a una vida familiar estable. Como señala el historiador Jackson Lears, los consejos de la *Good housekeeping* y otras revistas similares eran «No temas conformarte, y haz que tus hijos se conformen». La familia se convirtió en la fábrica que produciría adultos «bien ajustados»<sup>14</sup>.

También se pensaba que la felicidad se encontraría en la seguridad doméstica de la vida familiar. Este fue uno de los hallazgos de Alexis de Tocqueville en sus viajes por América, en la década de 1830. En *La democracia en América*, Tocqueville señala:

Cuando el estadounidense se retira de la agitación de la vida pública al seno de su familia, encuentra en ella la imagen del orden y de la paz. Allí sus placeres son simples y naturales, sus alegrías son inocentes y tranquilas; al darse cuenta de que una vida ordenada es el camino más seguro hacia la felicidad, se acostumbra sin dificultad a moderar sus opiniones y sus gustos<sup>15</sup>.

Reich, sin embargo, consideraba la familia como una «fábrica de ideologías autoritarias»<sup>16</sup> y consideraba el vínculo emocional entre los miembros de la familia como una enfermedad, la «familiaritis». La seguridad y la comodidad no eran puertas hacia la felicidad, sino barreras. Barreras que impedían alcanzar la felicidad. «Abogas por la felicidad en la vida, pero la seguridad significa más para ti, incluso si te cuesta la columna vertebral o arruina toda tu vida»<sup>17</sup>.

Además de ser adictas a las comodidades de la vida doméstica, las personas también estaban dispuestas a ser esclavas del capitalismo y del consumo. Demasiado asustadas para perseguir la vida auténtica, la libertad individual y la felicidad sexual, desperdiciaron sus vidas viendo programas de televisión sin sentido o sufriendo lavados de cerebro a causa de la publicidad. «Escuchas anuncios en la radio, anuncios de laxantes, pasta de dientes, abrillantador para el calzado, desodorantes, etc.»<sup>18</sup>. Según Reich, estas personas no eran dignas de alcanzar la felicidad, porque, para ser feliz, es necesario querer ser feliz. «Ahora entiendes por qué la felicidad se escapa de ti. La felicidad hay que trabajársela y ganársela. Pero tú, simplemente, quieres consumir felicidad. Se te escapa porque no quiere que la malgastes»<sup>19</sup>.

Hoy, más de medio siglo después, las palabras de Reich se repiten en cualquier revista sobre estilo de vida y en libros de autoayuda, incluso en el ámbito de la política y los negocios. Por otro lado, la visión pesimista de Freud sobre la felicidad humana está totalmente pasada de moda. Aunque Freud sea posiblemente el más respetado de los dos, parece que Reich tuvo la última palabra, al menos en lo que concierne al dar forma a nuestra actual cultura de la felicidad. Freud y Reich encarnan dos visiones conflictivas de la

felicidad; tan conflictivas, que los dos dejaron de dirigirse la palabra definitivamente<sup>20</sup>.

### ***Cuando Reich conoció a Freud***

En el verano de 1918, unos meses antes del final de la Primera Guerra Mundial, Wilhelm Reich, que entonces tenía veintiún años, llegó a Viena. Era un chico sorprendentemente guapo, con ojos oscuros y penetrantes, pero la guerra lo había dejado sin un centavo y solo poseía su miserable uniforme militar. En su autobiografía, *Pasión de juventud*, Reich cuenta que durante dos años solo se alimentó de avena y frutos secos. Una entrada del diario dice secamente: «Sentado en mi habitación con guantes y abrigo de pelo, estudiando química»<sup>21</sup>.

Después de un breve período de tiempo estudiando derecho, que encontró «aburrido y remoto»<sup>22</sup>, Reich se cambió a medicina, encontrándola solo marginalmente más estimulante. El plan de estudios no mencionaba la sexología, una omisión que Reich y algunos de sus compañeros consideraron inaceptable.

A pesar de ser un lugar tradicional y burgués con tendencia al sentimentalismo, Viena también fue centro de nuevas y provocativas ideas, ya fuera en filosofía, arte o música. Fue en un intento de conectar con estas corrientes, especialmente con el estudio del sexo y la libido, que Reich y sus compañeros establecieron un grupo de tertulia. Pasó más de un año antes de que reunieran el valor suficiente para buscar el consejo de Sigmund Freud.

«Llegué allí en estado de inquietud», describió Reich más tarde, «y me fui con una sensación de placer y amistad»<sup>23</sup>. Freud había demostrado ser un mentor servicial y afectuoso, y proporcionó amablemente a los jóvenes una selección de sus propios libros. Para Reich, se convirtió en el comienzo de una relación intelectual que duró catorce años; pero, finalmente, esta relación resultó ser una «amarga decepción»<sup>24</sup>.

Lo que comenzó como una intensa colaboración intelectual —Freud se refería a Reich definiéndolo como uno de sus adeptos más talentosos— terminó, a principios de la década de 1930, en una dura lucha por la política y

la estructura de la familia. El origen del conflicto, sostengo, fue el choque entre dos visiones contradictorias de la felicidad. Reich creía firmemente en una política revolucionaria que se materializaría solo a través de la liberación sexual. Y para lograr tal liberación, argumentó, primero habría que dismantelar la familia. La familia limita la libertad de sus miembros y les impide ser felices. Los niños se ven obligados a obedecer. Como resultado, se vuelven miserables y dóciles, tal y como había ocurrido con las masas. En *La función del orgasmo* escribe: «El hecho de que las personas se conviertan en masas que obedecen de forma ciega a la autoridad no es provocado por el amor paternal natural, sino por la familia autoritaria. La supresión de la sexualidad en los niños pequeños y en los adolescentes es el principal medio mediante el cual se lleva a cabo esta obediencia»<sup>25</sup>. La obra de Reich adopta una noción romántica a la hora de definir lo que indistintamente llama «felicidad natural» y «felicidad sexual». Reich concibió estas ideas como algo ubicado en el polo opuesto a la represión, la obediencia y el autoritarismo. Freud, por otro lado, se mostró más escéptico acerca de esta forma de felicidad. Si bien estuvo de acuerdo con Reich en que la represión sexual era realmente un problema de su tiempo, no vio la liberación sexual como el camino natural hacia la felicidad. En una de sus últimas obras, *El malestar en la cultura*, Freud sugiere que, aunque todos busquemos la felicidad, no estamos destinados a encontrarla<sup>26</sup>.

Muchos años más tarde, poco antes de su muerte, Reich concedió una entrevista en la que habló sobre su relación con Freud. «¿Mirarías esta imagen de Freud?», Reich le preguntó al entrevistador: «No sé si verás lo que hay en esta imagen; yo no lo vi cuando él me la envió en 1925. ¿Puedes ver lo que hay en la imagen?».

El entrevistador se acercó a la imagen, la miró y respondió que, «bueno, puede que haya algo allí». «Lo que hay es una expresión muy triste», comentó Reich, «verdadera desesperación»<sup>27</sup>. Según Reich, Freud era un hombre esperanzado y poderoso cuando se conocieron. Pero luego, a mediados de la década de 1920, todo eso cambió: desarrolló cáncer y perdió su fervor. «Ahora... el cáncer, según mis investigaciones», continuó Reich, «es una enfermedad debida a una resignación emocional»<sup>28</sup>.

Reich dio a entender que la razón por la cual Freud desarrolló cáncer fue

porque no estaba sexualmente satisfecho. «No creo que su vida fuera feliz», explicó Reich. «Vivió una vida familiar muy tranquila, tranquila y decente... pero, sin lugar a dudas, estaba muy insatisfecho sexualmente»<sup>29</sup>.

Aquí, en estas palabras, encontramos la expresión no censurada y moralista de la ilusión de felicidad según Reich. La felicidad, en su opinión, era sinónimo de la capacidad de encontrar la satisfacción sexual. Implicaba alcanzar un estado de armonía perfecto, logrando una unión completa con uno mismo. No estar sexualmente satisfecho era índice de enfermedad, expresada en forma de perversión, resignación o, como en el caso de Freud, cáncer mortal. Podemos ver cómo, al articular esta ilusión de felicidad, Reich recurrió a una fantasía positiva de lo bueno (liberación sexual, autenticidad, potencia, etc.), que se enfrentaba a una fantasía negativa de lo corrupto (perversión, cáncer, resignación, etc.). Como veremos, Reich no limitó esta ilusión de felicidad a la esfera del individuo. Cuando se volvió más político, en la última parte de la década de 1920, llegó a difundir su visión sobre la sociedad, una visión posteriormente compartida por muchos otros pensadores.

### *Cómo nace un revolucionario sexual*

La vida de Reich fue, en muchos aspectos, diferente a la de Freud. Su historia comienza en 1897, cuatro décadas después del nacimiento de Freud, en una pequeña granja del Imperio austrohúngaro, en la actual Ucrania. En su autobiografía, *Pasión de juventud*, Reich describe un hogar algo extraño, plagado de intrigas sexuales. A la edad de cuatro años solía escuchar a hurtadillas los encuentros sexuales que la criada mantenía con el chófer, experiencia que más tarde describiría como «cargada de sensaciones eróticas de intensidad desproporcionada». Un año después, a la edad de cinco años, Reich comenzó a masturbar a la niñera de su hermano menor. «Me colocaba encima de ella», describe Reich, «le levantaba el vestido, y buscaba febrilmente sus genitales (para su claro disfrute)»<sup>30</sup>. Unos años más tarde, a la edad de once años, perdió la virginidad con la cocinera. Y la mayor parte de su infancia la transcurrió proporcionándole placer al caballo de la familia, utilizando una fusta de montar<sup>31</sup>.

A la edad de diez años Reich descubrió que su madre mantenía una aventura con su maestro particular. Solía escuchar los encuentros sexuales de su madre parando detrás de la puerta; le entretenía la idea de entrar a la habitación y chantajear a su madre, diciéndole que le contaría todo a su padre a menos que aceptara tener relaciones sexuales con él.

No obstante, nunca llegó a ese punto, puesto que su padre lo descubrió todo. Al temer su represalia, la madre de Reich intentó suicidarse ingiriendo detergente. Su marido la salvó, pero al tercer intento logró quitarse la vida. Reich tenía entonces trece años.

Al cabo de unos cuantos años —infelices— el padre de Reich también murió. A los diecisiete años Reich asumió la responsabilidad de la granja y de su hermano menor.

Este puede parecer el contexto adecuado para el desarrollo del individuo que luego se convirtió en el símbolo de la revolución sexual. Claro, uno siempre ha de tener cuidado de no confundir la vida de una persona con su trabajo. Pero quizás sea posible invertir la perspectiva. Como escribió Susan Sontag en su introducción a *Calle de sentido único*, de Walter Benjamin: «No se puede usar la vida para interpretar el trabajo. No obstante, uno puede usar el trabajo para interpretar la vida»<sup>32</sup>.

Sea como fuere, fue con esta crianza y unos cuantos años en primera línea de batalla que Reich llegó a Viena en 1918, para comenzar sus estudios en la universidad. Al año siguiente, después de tomar contacto con Freud, se le dio la oportunidad de presentar por primera vez su propia investigación sobre psicoanálisis. Un grupo reducido pero exclusivo de analistas acudió a la exposición del joven Reich. Visiblemente nervioso, Reich presentó un artículo sobre Peer Gynt en el que argumentó que este sufría de narcisismo y delirios de grandeza, causados por una libido conflictiva. El análisis causó muy buena impresión; Reich fue acogido en la Asociación Psicoanalítica Vienesa, que incluía a los íntimos de Freud, convirtiéndose en su miembro más joven<sup>33</sup>. Lo que no sabían en ese momento era que Reich se identificaba fuertemente con Peer Gynt y que él también sufría delirios narcisistas y de grandeza<sup>34</sup>. Sin embargo, no pasó mucho tiempo antes de que se enteraran.

La fascinación temprana de Reich por el sexo no menguó. Cuando comenzó su trabajo, se le ofrecieron oportunidades sin precedentes para explorar estos

temas, no solo en teoría, sino también en la práctica. Como estudiante su éxito con las mujeres fue escaso. Solía sentirse fuera de lugar en los salones de baile locales y recriminaba a las mujeres por su rechazo. Sin embargo, las cosas cambiaron al convertirse en un destacado analista. No solo adquirió un nuevo estatus, sino que pudo acceder a nuevos espacios de ocio que sin duda le convinieron más que los salones de baile<sup>35</sup>. Durante el análisis, recibió la atención indivisa que siempre había deseado.

Así que no ha de sorprender el hecho de que conociera a su primera esposa a través del análisis. El círculo se opuso con fuerza, por supuesto. Acostarse con un paciente era, y sigue siendo, uno de los mayores tabúes de la profesión. Sin embargo, Reich defendió sus acciones. No se acostó con ella durante el análisis, afirmó, sino solo después de que este se completara, momento en que ella ya había alcanzado su verdadero yo<sup>36</sup>. Freud defendió a su joven discípulo de las acusaciones. Durante los primeros años de la década de 1920, Reich no mostró ningún interés hacia la política. La necesidad económica le llevó a trabajar largas horas encargándose de la orientación estudiantil, gracias a la cual pudo sobrevivir.

A pesar de ello, a mediados de la década de 1920, a medida que su condición económica mejoraba, su interés político cobró vida. Se unió al movimiento juvenil alemán Wandervogels, donde conoció a socialistas, pacifistas y libertarios sexuales. Inspirados por el anarquista Gustav Landauer, estos jóvenes amantes de la libertad se rebelaron contra toda forma de autoridad. Miraron con desdén el estilo de vida burgués de sus padres y buscaron la libertad en las montañas, que se convirtieron en el destino natural de sus excursiones<sup>37</sup>.

Su nombramiento en la recién inaugurada clínica conocida como Ambulatorium, ubicada a un paso del hospital general de Viena, le permitió compaginar su creciente interés político con el psicoanálisis. Hasta ese momento, el psicoanálisis había sido una práctica al alcance de pocos electos. Era caro. Pocos podían permitírselo. Sin embargo, cuando se inauguró la clínica gratuita, el psicoanálisis se puso al alcance de todos. El único requisito era la voluntad de revelar secretos personales. Este era el sitio perfecto para Reich. En el Ambulatorium conoció a más de setenta personas, personas de todo tipo. Trató a trabajadores industriales, funcionarios,

estudiantes y agricultores.

Reich aprovechó esta oportunidad. Curioso por aprender más sobre la vida sexual de las personas, comenzó a recopilar sus historias. En 1924, cuando se convirtió en el jefe de sección, obtuvo acceso a los archivos de otros analistas, y al año siguiente publicó su primer libro, *El carácter impulsivo*, basado en las historias que recopiló en el Ambulatorium. A Reich le interesaron especialmente los personajes impulsivos: pacientes que, en sus palabras, «tienen algo de lo que carecen los neuróticos simples». Quería comprender los desencadenantes de la tendencia a la castración, como en el caso de «una paciente que podía masturbarse hasta el orgasmo solo en presencia de abundante sangrado vaginal, motivo por el cual dañaba gravemente su cuello uterino empleando el mango de un cuchillo, causando prolapsos uterinos»<sup>38</sup>.

Lo que define el carácter impulsivo, según Reich, es una naturaleza sexual insalubre, provocada por una educación sexual inadecuada. A medida que estos personajes crecen, disminuye su capacidad para relacionarse con la sexualidad. «Ni la masturbación ni las relaciones sexuales —escribe Reich— pueden permitirse alivio, ya que la estructuración de la libido en su conjunto está desgarrada por la decepción y los sentimientos de culpa»<sup>39</sup>.

A raíz de tan completa recopilación, Reich creyó haber encontrado la clave para entender por qué tanta gente sufría de neurosis. En resumen, el problema tenía que ver con su incapacidad para alcanzar el orgasmo completo. Unos años más tarde, con la publicación de *Función del orgasmo*, resumió sus hallazgos: «Observé y traté centenares de casos a lo largo de varios años, el trabajo fue duro e intenso; todas las mujeres que traté padecían algún tipo de perturbación orgásmica vaginal. Del 60 al 70 por ciento de los pacientes varones presentaban alteraciones genitales importantes»<sup>40</sup>.

Convencido de haber resuelto el problema fundamental del psicoanálisis, Reich se volvió aún más radical en sus análisis. Pidió a una mujer que mantenía una relación sin sexo que iniciara encuentros sexuales con un hombre más joven<sup>41</sup>. La capacidad del paciente para tener un orgasmo se convirtió en la medida para evaluar el éxito de la terapia. Reich etiquetó esta medida con el nombre de potencia orgástica. Comparó al ser humano con una cebolla, siendo el papel del analista el de ayudar a los pacientes a deshojar las capas y

romper su caparazón. Oculta, debajo de estas capas, se hallaría una criatura esencialmente buena y amorosa, creía Reich. Y el objetivo del análisis era liberarse de esta armadura. Como escribe el propio Reich:

Esta armadura caracterológica es la base del aislamiento, la indigencia, el ansia de autoridad, el miedo a la responsabilidad, el anhelo místico, la miseria sexual y la rebeldía neuróticamente impotente, así como de la tolerancia patológica. El hombre se ha distanciado de la vida y se ha vuelto hostil hacia ella. Esta alienación no es biológica, sino de origen socioeconómico. No se encuentra en las etapas de la historia humana anterior al desarrollo del patriarcado<sup>42</sup>.

Reich escribió en una época definida por la curiosidad científica y el experimentalismo. Sin embargo, cuando empezó a atribuir casi todas las formas de sufrimiento psicológico a la incapacidad de alcanzar el orgasmo completo, otros analistas del círculo de Viena se sintieron incómodos. A mediados de la década de 1920, Reich todavía era considerado como uno de los analistas más importantes del país. Pero en esta época, a medida que sus puntos de vista se volvían más radicales, fue creciendo su número de críticos. Uno de los adeptos de Freud, Richard Sterba, acusó a Reich de ser un narcisista genital. Otro analista influyente, Paul Federm, lo calificó de agresivo y paranoico. Otros compañeros simplemente le identificaron como el fanático del orgasmo<sup>43</sup>.

### ***Renuncia u orgasmo total***

El ensayo de Freud *El porvenir de una ilusión* (1927) puede leerse como una respuesta directa a la perspectiva romántica de Reich, basada en una visión del individuo como ser intrínsecamente bueno. En este ensayo, de naturaleza pesimista, Freud describe al individuo como un ser destructivo con tendencias antisociales y anticulturales<sup>44</sup>. Por estas razones, una civilización ha de basarse en la «coerción y renuncia a los instintos»<sup>45</sup>. Freud no solo se opuso a la visión de Reich sobre la virtud intrínseca de las personas, sino que razonó sobre su propia versión del autoritarismo, alegando que sin un cierto grado de represión impuesta las masas se volverían locas. «Puesto que las masas son perezosas y poco inteligentes... y no tienen ningún amor por la renuncia instintiva, no se han de convencer mediante el argumento de su

inevitabilidad»<sup>46</sup>. Con tono elitista, Freud continúa: «Es igual de imposible prescindir del control de la masa por parte de una minoría que prescindir de la coacción en el desarrollo de una civilización»<sup>47</sup>.

Cuando Freud escribió estas palabras, en 1927, su relación con Reich ya había empezado a deteriorarse. Mientras tanto, el compromiso político de Reich se hizo más fuerte. Leyó a Marx y descubrió que su trabajo era tan radical para la economía como lo fue el de Freud para la psiquiatría. Poco después, leyó a Engels, Trotsky y Lenin, y tuvo un despertar político que le llevó a unirse al grupo médico del Partido Comunista Austriaco en 1927. A partir de ese momento, su tarea estribó en combinar el marxismo y el psicoanálisis.

Según Reich las masas eran hermosas y potencialmente liberadoras. No las definió en términos de pereza o falta de inteligencia, como hizo Freud. Las masas solo se volvían peligrosas al reprimirlas. Si pudieran aprender a alcanzar el orgasmo completo y vivir felices y auténticamente, fluirían naturalmente de una manera orgánica y amigable. Juntos formarían lo que Reich visualizó como una utopía genital.

Freud, sin embargo, no creyó en la superación de la humanidad<sup>48</sup>, y tampoco creyó en el reemplazo del viejo orden represivo mediante una nueva utopía sexual. Para él, estos solo eran pensamientos delirantes y la prueba de que Reich había malinterpretado las ideas básicas del psicoanálisis, es decir, que el individuo tiene tendencias agresivas intrínsecas y que, como ser inconsciente, «ni siquiera es dueño en su propia casa»<sup>49</sup>. Por esas razones, no podía existir una sociedad utópica basada en la liberación sexual.

El desacuerdo sobre este punto fue irresoluble. Reich creía que la infelicidad se imponía externamente, a través del autoritarismo y el paternalismo. Freud, por otro lado, la consideraba como una condición inevitable del ser humano. Se encontraron por última vez en 1930, en la residencia junto al lago de Freud. Reich más tarde recordó: «Freud no me seguía. Lo que le molestaba no era la técnica analítica de la personalidad sino la revolución sexual»<sup>50</sup>. Explicó, además, que el concepto de felicidad colectiva incomodaba a Freud, concepto que él, en cambio, concebía como la conclusión lógica de una revolución genital. Esta fue la ilusión de felicidad de Reich.

Leer la breve correspondencia (de 1924 a 1939), a menudo cortés, entre Reich y Freud, revela poco sobre su desacuerdo acerca del concepto de felicidad. En su obra *El malestar en la cultura*, en una carta dirigida a su amiga Lou Andreas-Salomé, Freud se refirió a su escrito como una «investigación sobre la felicidad»<sup>51</sup>. De hecho, Freud pensaba llamar su libro *La infelicidad de la cultura* (*Das Unglück in der Kultur*). Pero más tarde reemplazó el término *Unglück* con *Unbehagen*, más sugerente y quizás más difícil de traducir. El mismo Freud sugirió el título *La incomodidad del hombre en la cultura*<sup>52</sup>; sin embargo, su traductor Joan Riviere se opuso a ello. Reich luego afirmó que todo el libro fue escrito en respuesta a él. Más específicamente, se concibió como la reacción a un artículo presentado en la casa de Freud en 1928, titulado *Profilaxis de las neurosis*<sup>53</sup>. Freud y los analistas del círculo de Viena no aceptaron de buen grado la investigación.

Reich luego refirió que la reunión en casa de Freud se caracterizó por una «atmósfera fría». Las discusiones se volvieron cáusticas y Freud se contuvo para no perder el temple. Era ya evidente para todos, y para Reich, que Freud lo consideraba una persona incómoda y cada vez más difícil de tratar. Como remarcó Reich más tarde, «era yo el *unbehaglich in der Kultur*»<sup>54</sup>.

El propósito y la intención de la vida de las personas, escribe Freud al comienzo de *El malestar en la cultura*, es la felicidad. La gente lucha para ser feliz y mantener la felicidad<sup>55</sup>. Con este fin, las personas recurren al «programa del principio del placer», que busca maximizar el placer y minimizar el dolor. Pero hay un problema en esta búsqueda:

He de decir que la felicidad del hombre no está incluida en el plan de la «Creación». Lo que llamamos felicidad en el sentido más estricto proviene de la satisfacción (preferiblemente repentina) de necesidades que han sido reprimidas en alto grado y es, por naturaleza, posible solo de forma episódica<sup>56</sup>.

Aquí podemos ver claramente la diferencia entre Freud y Reich. La naturaleza de la felicidad, según Freud, es episódica y surge cuando se satisfacen nuestras necesidades reprimidas. Para Reich, en cambio, la felicidad es un estado duradero en el que nuestras necesidades se satisfacen constantemente. En tal estado, el individuo alcanzaría la autonomía y la independencia sexual. La sexualidad habrá de ser libre y natural,

completamente liberada de las restricciones internas y externas. Y la única manera de llegar a ser una persona satisfecha y feliz es, en primer lugar, a través de la satisfacción genital.

Según Freud, hay al menos dos problemas en esta afirmación. Primero, el placer no puede prolongarse indefinidamente. Después de un tiempo, «solo produce una sensación de leve satisfacción», porque «estamos hechos de tal manera que podemos obtener placer intenso solo a raíz de un contraste y no a partir de un estado de cosas»<sup>57</sup>. Cuando el contraste desaparece, también desvanece el disfrute. En segundo lugar, quienes persiguen el gozo sin renuncia están condenados al fracaso: «satisfacer sin límites cada necesidad puede parecer la manera más tentadora de vivir, pero implica anteponer el disfrute a la acción, y esto acaba en castigo»<sup>58</sup>. El principio del placer, así pues, no conduce a la felicidad duradera. O bien dará lugar a una leve satisfacción, que se volverá más débil y aburrida en el tiempo hasta el punto en que todo placer sensorial finalmente se desvanezca por completo. O bien producirá su propia insatisfacción, que será al menos igual de dolorosa que la satisfacción experimentada anteriormente.

Al tener que elegir entre las dos alternativas, las personas quizás prefieran mantenerse al margen de la infelicidad y la insatisfacción. De esa manera, se evita la intensidad del sufrimiento inducido por el disfrute. Mientras que la felicidad es escasa, la infelicidad no lo es. Está en todas partes. Viene del poder superior de la naturaleza que, en cualquier momento, puede borrarlos. Viene de nuestros propios cuerpos, que rara vez operan como queremos, y eventualmente se descomponen. Y surge de las relaciones que tenemos con otras personas, ya sea con la familia, el Estado o la sociedad.

La infelicidad nos llega fácil y naturalmente, afirmó Freud. Sin embargo, esto es algo a lo que no queremos enfrentarnos. En cambio, atribuimos nuestra infelicidad a factores externos, como la naturaleza opresiva de la civilización. Queremos convencernos de que «la civilización es en gran parte responsable de nuestra miseria, y que seríamos mucho más felices si la abandonáramos y volviéramos a condiciones primitivas»<sup>59</sup>. Nos aferramos a esta fantasía, y culpamos a la civilización por habernos robado el placer. Las reglas y restricciones nos han desconectado de lo que más disfrutamos y deseamos. Para Freud, esta es solo una ilusión destinada a ofuscar la conciencia dolorosa

de que, como humanos, nunca estaremos perfectamente sincronizados con lo que deseamos.

Sobra decir que a Reich no le gustó nada lo que Freud expresó en *El malestar en la cultura*. Contrastaba rotundamente con casi todas sus creencias acerca de la felicidad humana, la satisfacción sexual y la visión de una sociedad más allá de la renuncia. Para Reich, *El malestar en la cultura* fue una expresión de la renuncia, y del cáncer que Freud padecía.

A pesar de que la felicidad no fuera un concepto fundamental en la obra de Freud hasta la publicación de *El malestar en la cultura*, podemos hallar referencias en otros de sus escritos, incluyendo una de sus primeras obras, *Escritos sobre la histeria*, publicada en 1895, cuando Freud se acercaba a los cuarenta años. Al final del libro, Freud explica que una de las tareas clave del analista es ayudar a los pacientes a armarse mejor contra la infelicidad. Cuando los pacientes le preguntaron de qué manera se les puede ayudar a través del análisis, Freud respondió que «mucho se ganará si logramos transformar su miseria histérica en infelicidad común»<sup>60</sup>. Parece, entonces, que Freud no alteró su punto de vista sobre la felicidad como consecuencia de su sufrimiento físico, tal y como afirmó Reich, sino que mantuvo su desconfianza hacia la felicidad a lo largo de toda su carrera. Tal y como señaló Philip Rieff, «Freud se embarcó en un experimento modesto: su doctrina no prometió más felicidad, sino menos miseria»<sup>61</sup>.

### *Declive y caída*

En el momento en que se publicó *El malestar en la cultura*, Reich había roto con su familia y se había mudado a Berlín, donde se unió al Partido Comunista. Berlín le había ofrecido un nuevo comienzo y un público que pareció mucho más receptivo que el austriaco. Pero la estancia se detuvo en seco. Cuando Hitler tomó el poder en 1933, Reich temió por su vida y huyó camino a Austria. Poco después de su partida, su obra fue quemada públicamente junto con la de otros autores judíos, como Freud.

Reich pasó los siguientes seis años, desde 1933 hasta el comienzo de la guerra en 1939, en Escandinavia. Primero se fue a Dinamarca, donde autopublicó el libro *Psicología de masas del fascismo*, obra en la que intentó

combinar la teoría marxista con el psicoanálisis. Volvió, nuevamente, a la cuestión de las masas. A diferencia de Freud, Reich no pensaba que las masas fueran intrínsecamente peligrosas. La gente solo se vuelve agresiva cuando desconecta de su propia naturaleza verdadera y teme su propia sexualidad. «El hombre criado y atado por la autoridad no tiene conocimientos sobre la ley natural de la autorregulación», escribe Reich. «[É]l no tiene confianza en sí mismo. Teme su sexualidad porque nunca aprendió a vivirla naturalmente. Por lo tanto, declina toda responsabilidad respecto a sus actos y decisiones, y exige dirección y guía»<sup>62</sup>. El fascismo prosperó en un momento en que la gente sufría de baja autoestima. «La mentalidad fascista es la mentalidad del “hombre pequeño”, un esclavo que anhela la autoridad y, al mismo tiempo, es rebelde»<sup>63</sup>.

Reich se mudó a Dinamarca para trabajar como profesor. Al principio, parecía haber ganado la influencia que deseaba, pero duró bien poco. Cuando uno de sus seguidores se presentó como candidato al Parlamento danés (*Riksdag*) basándose en una agenda político-sexual, se dio a conocer como figura controvertida cuyas ideas corromperían a la juventud<sup>64</sup>. La recepción de la obra *Psicología de masas del fascismo* fue más bien hostil. En una crítica particularmente salvaje, publicada en el periódico comunista danés<sup>65</sup>, el libro fue tachado de contrarrevolucionario. A raíz de ello, Reich fue expulsado del Partido Comunista Danés. Su visado no fue renovado.

Después de un breve período en Suecia, un lugar que le disgustó profundamente, Reich se mudó a Noruega, donde permaneció hasta 1939. Allí desarrolló un nuevo tipo de terapia, en la que se les pedía a los pacientes que se quitaran la ropa y se acostaran boca arriba, manteniendo las piernas levantadas y respirando pesadamente. Reich masajeaba a los pacientes en el intento de relajarles y hacer que estuvieran más receptivos con la finalidad de poder alcanzar el orgasmo completo. El primer nombre adoptado para la terapia fue Orgasmoterapia, pero más tarde se definió como Vegetoterapia Caracteroanalítica<sup>66</sup>. Reich creía que el objetivo de esta terapia era emancipatorio: llevar la libertad tanto al individuo como a la sociedad. «Hay aquí una terapia que puede cambiar el mundo, pero solo cambiando el yo», escribió Rieff en *El triunfo de la terapéutica*. «En Reich, los hilos del socialismo giran alrededor de una curiosa creencia mesiánica sobre la terapia,

formando una doctrina de salvación»<sup>67</sup>. Más tarde, muchos pacientes, hasta el propio hijo de Reich, se quejaron de que la terapia les había infligido graves daños corporales.

Reich había sido expulsado de Alemania, Dinamarca y Suecia, así como del Partido Comunista y de la Asociación Psicoanalítica Internacional. Desilusionado, se retiró de la escena pública y se sumergió profundamente en sus propios experimentos científicos. Quería observar lo que él llamó corrientes vegetativas. Sus experimentos no fueron convencionales. Por ejemplo, mezclaba varios alimentos en una olla para luego estudiarlos con su microscopio<sup>68</sup>. A pesar de estos métodos excéntricos, o quizás debido a ellos, sus experimentos finalmente tuvieron éxito. O eso creyó él. En 1939 afirmó haber observado lo que él definió como uno de los mayores descubrimientos científicos hasta esa fecha. Había observado una forma de radiación, un tipo de energía cósmica, que llamó energía orgónica. Esta energía era, según él, una medicina curativa lo suficientemente potente como para combatir cualquier enfermedad, incluso el cáncer.

En 1938, cuando el fascismo llegó a Noruega, Reich interrumpió brevemente su trabajo científico y huyó hacia Estados Unidos. Se instaló en una casa adosada, en Forest Hills, Queens, Nueva York, donde reanudó sus experimentos. Después de descubrir que la energía orgónica se encontraba en el aire, comenzó a idear cajas con las que capturarla y amplificarla. El resultado fue el acumulador de orgón: una caja de madera revestida de metal, lo suficientemente grande como para contener a una persona. Reich estaba convencido de que la caja aumentaría la potencia orgásmica de las personas. En 1942 compró una propiedad en Maine, que llamó Orgonón. Durante los seis años siguientes continuó allí sus experimentos.

Su paz terminó cuando Mildred Edie Brady publicó un brutal artículo en la revista *The New Republic*, en 1947. En el artículo, Reich fue descrito como «un cincuentón fornido, rubicundo, de pelo castaño, sentado en un enorme escritorio y vestido con un largo abrigo blanco». En tono sardónico, Brady le describió como un analista fraudulento, inventor de mentiras paranoicas sobre la sociedad.

Un hombre que, en las pausas entre un entrenamiento estudiantil y una sesión dentro del acumulador de orgón, hablaría sobre cuán podrido está el personaje subyacente al individuo promedio y sobre

cómo, en la habitación de al lado, él lograría pelar la superficie exterior de sus pacientes para exponer la corrupta «segunda capa» de la personalidad humana.

El autor siguió burlándose de las teorías de Reich añadiendo que el «creciente *cult*» asociado a la figura de Reich no podía atribuirse por completo al *establishment* psicoanalítico, sino que había que asumir cierta responsabilidad. «Si los farmacéuticos, los fontaneros e incluso los peluqueros han de tener una licencia para practicar sus habilidades», escribió, «cualquiera puede presumir de ejercer como psicoanalista, pasar el rato y tratar a pacientes»<sup>69</sup>.

El artículo en *The New Republic* tuvo consecuencias devastadoras para Reich. Poco después de su publicación, se envió un aviso a la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, su acrónimo en inglés), alertándoles de que Reich «aparentemente está tratando a sus pacientes con un dispositivo que capturaría la sustancia “fantástica” llamada orgón para acumularla en beneficio de las personas tratadas dentro del mismo dispositivo»<sup>70</sup>. La FDA abrió una investigación y ordenó una inspección de la propiedad de Maine sin previo aviso. Al descubrir que Reich fabricó y vendió 250 acumuladores de orgón, la Administración señaló que «se trata de un fraude de enorme magnitud perpetrado por un individuo muy capaz, fortalecido en gran medida por hombres de ciencia»<sup>71</sup>. La FDA también sospechaba que Reich liderara algún tipo de estafa sexual.

La FDA emitió una orden judicial relativa al acumulador, que Reich violó. Como consecuencia de ello, Reich fue sentenciado a dos años de prisión, y se ordenó la destrucción de todos sus acumuladores y estudios. Un mes después, bajo la supervisión del FBI, todos los acumuladores de Reich fueron cortados con hachas, y sus libros (251 en total) quemados. Reich murió al año siguiente, en prisión.

### ***Su legado: líder involuntario de la revolución sexual***

Sin embargo, Reich resucitó enseguida. Cuando los estudiantes salieron a la calle a finales de la década de 1960, se convirtió en una superestrella contracultural. Ya no era un lunático, sino el líder natural de un nuevo grupo de

antiautoritarios que querían derrocar la autoridad. En Berlín, los manifestantes distribuían copias de *Psicología de masas del fascismo* de Reich. En Frankfurt, a los manifestantes se les aconsejó que leyeran la obra de Reich y «actuaran en consecuencia». Y en París, los lemas reichianos, como «orgasmo total», acabaron pintados en las paredes de la Sorbona.

La popularidad de Reich entre los izquierdistas bohemios comenzó tiempo atrás. Ya a finales de 1940 se convirtió en un *cult* para los jóvenes antiautoritarios, especialmente para los nuevos bohemios que empezaron a ocupar California. En un artículo de 1947 que apareció en *Harper's*, Mildred Edie Brady describió a estos recién llegados como una «multitud diferente», con «barba y sandalias», que vestía «pantalones de pana y camisas oscuras». Estos jóvenes bohemios vivían en «habitaciones sin alfombras», con «paredes en bruto decoradas con pintadas abstractas, leche enlatada y pan de centeno apoyados en una mesa vieja, ceniceros de cerámica y libros abiertos en una caja de embalaje». Su palabra favorita era «afectivo», junto con «fecundo», «orgásmico», «mágico», «fluido» y «natural». Mezclaron el anarquismo y el psicoanálisis para crear su propia filosofía: por un lado, sostenían que «hay que abandonar la iglesia, el Estado y la familia», y luego, por otro, «que el sexo es fuente de salvación individual en un mundo colectivo que se está yendo al infierno»<sup>72</sup>. Para esta generación, que se rebeló contra la moralidad burguesa, Freud fue completamente inaceptable. Jung fue, sin duda alguna, una alternativa más atractiva. No obstante, su héroe definitivo fue Reich. Según Brady, *La función del orgasmo* de Reich fue «probablemente la obra contemporánea más leída y citada por este grupo»<sup>73</sup>. Seguir las ideas de Reich implicó poder combinar la política con el sexo, aunque para la mayoría de estas personas el anarquismo fue, fundamentalmente, una buena excusa para tener sexo. Estos jóvenes bohemios emplearon la interpretación de las ideas de Reich como base para sus creencias:

Si todos los demás, en lugar de sufrir la plaga psíquica, estuvieran igual de sanos que tú, no habría necesidad de compulsiones artificiales, prohibiciones legales o de máquinas opresivas del Estado. Todo el mundo podría autorregularse. Todos responderían a «la ley biológica natural», libre y espontáneamente. En otras palabras, mediante la potencia orgásmica generalizada, a través de una revolución gonadal, alcanzaríamos el mundo ideal del anarquismo filosófico<sup>74</sup>.

Cuando el artículo de Brady fue publicado a finales de los cuarenta, los

bohemitos de California todavía formaban un grupo reducido, y su influencia era limitada. Pero eso cambiaría pronto. En las dos décadas siguientes California se convertiría en el escenario principal de la contracultura estadounidense, que irrumpió en aquellos años. En un ensayo profético de 1957, Norman Mailer afirmó que «las vacías hipocresías de la conformidad masiva» estaban llegando a su fin. «Una época de violencia, nueva histeria, confusión y rebelión», argumentó, «reemplazaría con casi toda seguridad ese momento de conformidad»<sup>75</sup>. Mailer afirmó que, después de la Segunda Guerra Mundial y de los millones de personas asesinadas en los campos de concentración, era imposible «mantener la valentía para ser un individuo». Los años de la posguerra fueron años de convención y depresión que causaron el fallo nervioso colectivo del pueblo estadounidense<sup>76</sup>. Pero todo esto, pensó Mailer, estaba a punto de cambiar. Para reinventarse a ellos mismos, los estadounidenses estaban ideando su propia versión del existencialismo, encabezados por los *hipsters*, también llamados «los negros blancos». Para el hipster, el imperativo era vivir auténticamente y, como consecuencia, uno tenía que «separarse de la sociedad, existir sin raíces, emprender ese viaje inexplorado hacia los imperativos rebeldes del yo»<sup>77</sup>.

Uno de los predecesores más importantes de esta generación, afirmó Mailer, fue Wilhelm Reich. Los métodos excéntricos de análisis de Reich y sus acumuladores de orgón plantearon una alternativa distinta a las convenciones del psicoanálisis, especialmente al tipo de análisis cuyo objetivo fuese crear individuos más funcionales y, por extensión, conformistas. El riesgo de este último tipo de análisis —pensó Mailer— era tranquilizar y desgastar al paciente hasta llegar a ser «menos malo, menos bueno, menos brillante, menos determinado, menos destructivo, menos creativo». Al final del proceso, el paciente podría «ajustarse a esa sociedad contradictoria e insoportable, la misma que creó su neurosis»<sup>78</sup>. En lugar de convertir al paciente en un individuo nuevo y fortalecido, el análisis lograba adormecerlo, sedarlo y cansarlo. Lograba ayudarlo a «conformarse con lo que detestaba porque ya no tenía el impulso de sentir tan intensamente el aborrecimiento»<sup>79</sup>.

El objetivo de las teorías y prácticas de Reich fue hacer que las personas prosperaran liberándose de las cadenas de la conformidad. La terapia de Reich, que permitía alcanzar el orgasmo completo, era perfecta para el hipster

que, en palabras de Mailer, sabía que «el buen orgasmo abre posibilidades, mientras que el mal orgasmo las aprisiona»<sup>80</sup>.

Además de Reich, el otro predecesor intelectual de esta generación fue el autor Henry Miller. Miller, cuyos libros sexualmente explícitos se prohibieron en los Estados Unidos, fue uno de los primeros bohemios icónicos que decidió mudarse a California. Poco después de regresar de su exilio en Europa, exilio que duró diez años, Miller descubrió e inmediatamente se enamoró de la pintoresca zona de Big Sur, que había visto por primera vez unos años antes, recorriendo en coche la costa que une Los Ángeles y Monterey<sup>81</sup>. La presencia de Miller como residente permanente hizo que Big Sur ganara popularidad entre los bohemios. En palabras del historiador Jeffrey J. Kripal, Miller «establecería una presencia literaria legendaria en Big Sur, que marcaría el lugar como la meca del sexo, la literatura prohibida y la anarquía política»<sup>82</sup>. En 1957, después de haber vivido en el área durante más de una década, Miller publicó un libro sobre Big Sur, declarando su amor incondicional por el lugar. El contenido explícitamente sexual que caracterizó su literatura anterior desapareció para dar cabida a lo que Kripal define «una naturaleza mística panerótica»<sup>83</sup>.

Cuando los amigos de Miller se mudaron a Big Sur, el lugar se dio aún más a conocer en algunos círculos, bajo el nombre de «el West Greenwich Village rural»<sup>84</sup>. En 1962, cuando los dos graduados de Stanford Michael Murphy y Richard Price sentaron las bases para la apertura del Instituto Esalen, la región se convirtió en el centro neurálgico de todos aquellos estadounidenses que traficaban con la libertad. El primer seminario fue organizado por Alan Watts, cuyo trabajo experimental fue una fusión poco ortodoxa entre la psicología occidental y el tantra asiático<sup>85</sup>. Durante la primavera de 1962, Price y Murphy comenzaron a organizar más y más seminarios, y en el verano de ese año, organizando el programa para el otoño, decidieron, como mencioné en la introducción, que el tema sería el «potencial humano», concepto que Price había extrapolado de una conferencia que Aldous Huxley impartió dos años antes en el San Francisco Medical Center, Universidad de California<sup>86</sup>. En esta conferencia, titulada *Potencialidades humanas*, Huxley afirmó que los humanos poseen amplios recursos espirituales e intelectuales que nunca se emplean adecuadamente.

Los seminarios impartidos en Esalen durante ese otoño incluyeron discusiones sobre parapsicología, drogas que abren la mente, ocultismo, conductismo, arte y religión. El lugar se convirtió en un crisol de nuevas ideas experimentales, combinando la filosofía y la psicología de Mesmer, Swedenborg, Jung y Freud con la religión cristiana tradicional y el misticismo oriental. Cuando se les presionó para definir el centro, Murphy y Price lo identificaron como «un centro educativo alternativo dedicado a la exploración del potencial humano».

En el transcurso de la siguiente década, llegaron al instituto personalidades reconocidas, como Carl Rogers, Abraham Maslow, Alan Watts, Aldous Huxley y Gerald Heard. Más tarde se los conocería como el *Movimiento del potencial humano*, etiqueta acuñada por John Leonard, editor de la revista *Look*, en 1965<sup>87</sup>.

Sin embargo, nadie podría describir Esalen como lo hizo Fritz Perls. Perls fue paciente de Reich durante tres años, en Berlín, en la década de 1930<sup>88</sup>. Perls absorbió las ideas de Reich sobre el orgasmo y la política y, empleando sus propias palabras, «creó una especie de religión fálica»<sup>89</sup>.

En 1964, Perls decidió instalarse de forma permanente en Esalen. Tenía setenta años y era un autor muy conocido por su trabajo pionero en la terapia Gestalt. Al llegar, «vestía con camisas y chaquetas deportivas» que pronto cambiaría por «monos de colores brillantes. Se dejó la barba y el pelo largo para parecerse a un Papá Noel disoluto». Su esposa, Laura Perls, le describió como «medio profeta, medio mendigo»<sup>90</sup>.

Perls es interesante aquí no solo por su conexión con Reich, sino porque su terapia concibió la ilusión de liberar al yo de todas las limitaciones como una forma de sanar.

En Esalen impartía un curso de fin de semana en terapia Gestalt, por 46 dólares por persona. Según el folleto de 1964: «El Dr. Perls explicará los conceptos subyacentes a la Terapia Gestalt y demostrará algunos de los métodos que ha desarrollado para ampliar la conciencia y curar la fragmentación destructiva del yo. Estos métodos incluyen el uso del diálogo (entre el terapeuta, el paciente y las facetas del yo)». En la práctica, lo dicho implicaba que un voluntario se sentaría al lado de Perls. A esto se le llamó «sentarse en la silla caliente». El objetivo era romper los mecanismos de

defensa de la persona. Al voluntario se le pedía que describiera sus sueños y que representara a los diferentes personajes del sueño. El resultado era la puesta en escena de un psicodrama cargado emocionalmente. A los voluntarios se les incitaba a llorar y gritar, y se les pedía que besaran la frente de Perls al terminar la sesión<sup>91</sup>.

Aunque Perls no era un apasionado de la filosofía —definió su terapia como «una patada en el culo mental» o «una cagada de elefante»<sup>92</sup>—. Su entrenamiento tenía fundamento filosófico propio. Quería que la gente entendiera que la vida es un teatro y ellos, actores. Solo reconociendo esta verdad podrían tomar consciencia de sus propias vidas. Tal y como Kripal explica, se trataba de «individuos que tomaban consciencia de sus propios guiones, rechazaban vivir en el guion de otra persona y se responsabilizaban por los guiones elegidos»<sup>93</sup>.

Al igual que Reich, Perls quería romper las capas inauténticas de la personalidad que supuestamente ocultaban la verdadera naturaleza del ser. Quería que sus clientes llegaran a ser más «completos» y «auténticos», revelando su entidad oculta. Se refirió a su técnica comparándola a un lavado de cerebro, no en términos de adoctrinamiento, sino apuntando a «lavar el cerebro de toda la porquería mental que arrastramos»<sup>94</sup>. Cada taller comenzaba con la lectura de las oraciones Gestalt, mediante la repetición de mantras como «No estoy en este mundo para estar a la altura de tus expectativas» y «Tú eres tú, yo soy yo».

Durante los años sesenta y setenta miles de personas acudieron a los centros de autodesarrollo de Estados Unidos con la esperanza de descubrir su yo interior. En el corazón de muchos de estos centros de capacitación palpitaba la noción de liberación sexual de Reich. Las ideas que diez años antes se habían tachado de fraudulentas y desagradables ahora se integraban en una nueva versión del Sueño Americano y de la búsqueda de la autorrealización.

Las ideas de Reich persistían no solo en las protestas estudiantiles, en la contracultura *hippie* y en la lucha contra la autoridad —y a favor del LSD—. También alimentaron la psicología convencional. En la década de los años treinta, la terapia quiso encargarse de encontrar formas de «ajustar» la personalidad a la normalidad. Sin embargo, como señaló el historiador

Jackson Lears, ahora los psicoanalistas empezaron a trabajar hacia «la mejora del ajuste total del paciente a la vida, en vez de curar un síntoma particular»<sup>95</sup>.

Una rama particular del psicoanálisis, conocida como «psicología del yo», adoptó el método de Reich para analizar las defensas de los pacientes. Al adaptar la psicología a los valores fundamentales de la cultura estadounidense, este enfoque se convirtió en la práctica terapéutica dominante en la década de 1950<sup>96</sup>. Se basó en una concepción del yo postfreudiana, fundamentada en la suposición de que hay una zona libre de conflictos dentro del ego. El papel de la terapia consistiría en ubicar esta zona y ayudar al individuo a desarrollar un ego fuerte y autónomo. Al promover esta nueva versión de la terapia, los analistas pudieron ofrecer algo más que «una infelicidad común».

Sin embargo, por más que la autenticidad y la liberación sexual se convirtieran en los nuevos objetivos de muchos estadounidenses, incluso esta versión «feliz» del análisis freudiano empezaría a luchar para mantenerse a flote. El enfoque era demasiado caro, requería demasiado tiempo y no ofrecía resultados concretos. Mientras tanto, en los Estados Unidos, surgieron nuevas terapias de índole humanística. A diferencia del análisis freudiano, se alinearon mejor con el espíritu de la época; sus practicantes, como Carl Rogers y Abraham Maslow, estaban mejor equipados para atender las necesidades más urgentes de las personas. En la obra *One nation under therapy*, la filósofa Christina Hoff Sommers y la psiquiatra Sally Satel describieron a estos psicólogos «humanistas» como la respuesta al freudismo y a su énfasis implacable en la psicopatología humana<sup>97</sup>. Los humanistas fueron más optimistas en cuanto a la idea de felicidad: afirmaron que la terapia sí tendría la capacidad de lograr la autorrealización. Mejor aún, no tenía por qué ser costosa ni alargarse mucho en el tiempo. Como señala la socióloga Eva Illouz, el objetivo de este movimiento fue «ayudar al ser auténtico, o bien desenterrándolo o bien modelándolo desde cero»<sup>98</sup>.

A apenas diez años de la muerte de Reich, a finales de los sesenta, sus ideas ya alimentaban los nuevos movimientos terapéuticos y nutrían la autoexploración de los bohemios californianos. La ilusión de la felicidad, basada en la búsqueda de la individualidad auténtica y el placer sexual, ya no era fruto de la imaginación de un loco. Estas ideas se habían generalizado. Pero este fue solo el principio. Como veremos en el próximo capítulo, esta

noción particular de lo que significa vivir una vida feliz y plena influiría en todo tipo de dominios, lo que daría lugar no solo a nuevas formas de trabajo, sino también a nuevas formas de relacionarse con el yo, anunciando lo que llamaré un narcisismo compulsivo.

---

<sup>10</sup> Wilhelm Reich, *Listen, Little Man!* (New York: Farrar, Strauss and Giroux, 1945/1974), p. 26.

<sup>11</sup> Philip Rieff, *The Triumph of the Therapeutic: Uses of Faith After Freud* (Chicago: University of Chicago Press, 1966/1987), p. 155.

<sup>12</sup> Jack Kerouac, *The Dharma Bums* (New York: Viking Press, 1958), pp. 73-74.

<sup>13</sup> Reich, *Listen, Little Man!*, p. 7, subrayado original.

<sup>14</sup> Jackson Lears, *Fables of Abundance: A Cultural History of Advertising in America* (New York: Basic Books, 1994), p. 189.

<sup>15</sup> Alexis de Tocqueville, *Democracy in America* (New York: Doubleday, 1835-40/1969), ch. 34, p. 516,

<sup>16</sup> Christopher Turner, *Adventures in the Orgasmatron: How the Sexual Revolution Came to America* (New York: Farrar, Strauss and Giroux, 2011), p. 113.

<sup>17</sup> Reich, *Listen, Little Man!*, p. 27.

<sup>18</sup> Reich, *Listen, Little Man!*, p. 29.

<sup>19</sup> Reich, *Listen, Little Man!*, p. 43, subrayado original.

<sup>20</sup> Al contar la historia sobre Reich he empleado una gran cantidad de fuentes; especialmente, he consultado su propio trabajo, sus diarios y cartas. Aun así, cabe destacar la obra de Christopher Turner: *Adventures in the Orgasmatron*, una biografía maravillosamente entretenida sobre Reich, en la que se basa —en gran medida— este capítulo.

<sup>21</sup> Wilhelm Reich, *Passion of Youth: An Autobiography, 1897-1922*, (New York: Farrar, Strauss and Giroux, 1988), p. 81.

<sup>22</sup> Sharaf R. Myron, *Fury on Earth: A Biography of Wilhelm Reich* (New York: St Martin's Press, 1983), p. 54.

<sup>23</sup> Myron, *Fury on Earth*, p. 57.

<sup>24</sup> Myron, *Fury on Earth*, p. 57.

- <sup>25</sup> Wilhelm Reich, *The Function of the Orgasm* (New York: Pocket Books, 1927/1975), pp. 5-6.
- <sup>26</sup> Sigmund Freud, «Civilization and Its Discontents», *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XXI, 1927-1931* (London: Vintage, 2001), p. 83.
- <sup>27</sup> Mary Higgins and Chester M. Raphael, eds, *Reich Speaks of Freud: Wilhelm Reich Discusses His Work and His Relationship with Freud*. (New York: Farrar, Straus and Giroux, 1967), p. 5.
- <sup>28</sup> Higgins and Chester, eds, *Reich Speaks of Freud*, p. 6.
- <sup>29</sup> Higgins and Chester, eds, *Reich Speaks of Freud*, p. 20.
- <sup>30</sup> Reich, *Passion of Youth*, p. 6.
- <sup>31</sup> Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 41.
- <sup>32</sup> Walter Benjamin, *One Way Street and Other Writings* (New York: Penguin, 2009), p. 9.
- <sup>33</sup> Myron, *Fury on Earth*, p. 58.
- <sup>34</sup> Myron, *Fury on Earth*, p. 58.
- <sup>35</sup> Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 57.
- <sup>36</sup> Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 54.
- <sup>37</sup> Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 52.
- <sup>38</sup> Wilhelm Reich, «The Impulsive Character», *Journal of Orgonomy* 4(1), 1970, p. 12.
- <sup>39</sup> Wilhelm Reich, «The Impulsive Character Part III», *Journal of Orgonomy* 5(1), 1971, p. 10.
- <sup>40</sup> Reich, *The Function of the Orgasm*, p. 85.
- <sup>41</sup> Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 74.
- <sup>42</sup> Reich, *The Function of the Orgasm*, p. 5.
- <sup>43</sup> Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, pp. 82-83.
- <sup>44</sup> Sigmund Freud, «The Future of an Illusion», *Standard Edition, Volume XXI*, p. 7.
- <sup>45</sup> Freud, «The Future of an Illusion», p.7.
- <sup>46</sup> Freud, «The Future of an Illusion», p. 7.

- <sup>47</sup> Freud, «The Future of an Illusion», p. 7.
- <sup>48</sup> Para una discusión sobre la relación de Freud con Nietzsche, véase McMahon, *Happiness*, p. 441.
- <sup>49</sup> Sigmund Freud, «Fixation to Traumas — The Unconscious», *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XVI, 1916-1917* (London: Vintage, 2001), p. 285.
- <sup>50</sup> Higgins y Chester (eds.), *Reich Speaks of Freud*, p. 44.
- <sup>51</sup> Sissela Bok, *Exploring Happiness: From Aristotle to Brain Science* (New Haven: Yale University Press, 2010), p. 132.
- <sup>52</sup> Freud, «Civilization and Its Discontents», Introducción del Editor, p. 60.
- <sup>53</sup> Higgins and Chester, eds, *Reich Speaks of Freud*, p. 44.
- <sup>54</sup> Higgins and Chester, eds, *Reich Speaks of Freud*, p. 44.
- <sup>55</sup> Freud, «Civilization and Its Discontents», p. 76.
- <sup>56</sup> Freud, «Civilization and Its Discontents», p. 76.
- <sup>57</sup> Freud, «Civilization and Its Discontents», p. 76.
- <sup>58</sup> Freud, «Civilization and Its Discontents», p. 77.
- <sup>59</sup> Freud, «Civilization and Its Discontents», p. 68.
- <sup>60</sup> Sigmund Freud, «Psychotherapy of Hysteria», *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume II, 1893-1895* (London: Vintage, 2001), p. 305.
- <sup>61</sup> Rieff, *The Triumph of the Therapeutic*, p. 30.
- <sup>62</sup> Reich, *Listen, Little Man!*, p. 111.
- <sup>63</sup> Wilhelm Reich, *The Mass Psychology of Fascism* (New York: Farrar, Strauss and Giroux, 1933/1970), p. xv.
- <sup>64</sup> Mildred Edie Brady, «The Strange Case of Wilhelm Reich», *The New Republic*, 26 May 1947.
- <sup>65</sup> Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 150.
- <sup>66</sup> Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 178.
- <sup>67</sup> Rieff, *The Triumph of the Therapeutic*, p. 130.

- [68](#) Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 190.
- [69](#) Brady, «The Strange Case of Wilhelm Reich».
- [70](#) Myron, *Fury on Earth*, pp. 362-363.
- [71](#) Myron, *Fury on Earth*, p. 364.
- [72](#) Mildred Edie Brady, «The New Cult of Sex and Anarchy», *Harper's*, April 1947, p. 313.
- [73](#) Brady, «The New Cult of Sex and Anarchy», p. 314.
- [74](#) Brady, «The New Cult of Sex and Anarchy», p. 315.
- [75](#) Norman Mailer, *Advertisements for Myself* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 1992), p. 356.
- [76](#) Mailer, *Advertisements for Myself*, p. 338.
- [77](#) Mailer, *Advertisements for Myself*, p. 339.
- [78](#) Mailer, *Advertisements for Myself*, p. 346.
- [79](#) Mailer, *Advertisements for Myself*, p. 346.
- [80](#) Mailer, *Advertisements for Myself*, p. 347.
- [81](#) Walter Truett Anderson, *The Upstart Spring: Esalen and the Human Potential Movement: The First Twenty Years* (Lincoln, NE: iUni-verse, 1983/2004), p. 18.
- [82](#) Kripal, *Esalen*, p. 36.
- [83](#) Kripal, *Esalen*, p. 39.
- [84](#) Anderson, *The Upstart Spring*, p. 19.
- [85](#) Anderson, *The Upstart Spring*, p. 54.
- [86](#) Kripal, *Esalen*, p. 85.
- [87](#) Suzanne Snider, «est, Werner Erhard, and the Corporatization of Self-Help», *The Believer*, May 2003.
- [88](#) Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 127.
- [89](#) Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 128.
- [90](#) Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 437.

<sup>91</sup> Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 438.

<sup>92</sup> Kripal, *Esalen*, p. 163.

<sup>93</sup> Kripal, *Esalen*, p. 163.

<sup>94</sup> Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, pp. 438-439.

<sup>95</sup> Según dos terapeutas desconocidos, como cita Lears, *Fables of Abundance*.

<sup>96</sup> Eva Illouz, *Saving the Modern Soul: Therapy, Emotions, and the Culture of Self-Help* (Berkeley: University of California Press, 2008), p. 157.

<sup>97</sup> Christina Hoff Sommers and Sally Satel, *One Nation Under Therapy: How the Helping Culture Is Eroding Self-Reliance* (New York: St Martin's Press, 2005).

<sup>98</sup> Illouz, *Saving the Modern Soul*, p. 159.

## 2. NARCISISMO COMPULSIVO

¿Cómo debería ser una persona? A veces me lo pregunto, y no puedo evitar contestar de la siguiente manera: debería ser una celebridad.

Sheila Heti, *¿Cómo debería ser una persona?*<sup>99</sup>

### *La década del Yo*

En 1976 Tom Wolfe publicó un largo ensayo en la revista *New York*, titulado *The Me Decade and the Third Great Awakening (La década del yo y del Tercer Gran Despertar)*<sup>100</sup>. En la portada de la revista aparecen veintinueve hombres y mujeres, en gran mayoría blancos, colocados de pie, muy cerca, vistiendo camisetas amarillas con la palabra «Yo» impresa en el pecho. Todos miran hacia la cámara y se apuntan con el dedo índice, como si acabaran de marcar un gol en el último minuto de la final de la Copa del Mundo.

La palabra «narcisismo» proviene, por supuesto, de la mitología griega; hace referencia a la historia del joven y hermoso Narciso: después de rechazar a la ninfa Eco, Narciso recibe una maldición por parte del dios Némesis, quien le condena a enamorarse de su propia imagen, la cual Narciso verá reflejada en la superficie de un estanque. Permanecerá encorvado sobre su imagen hasta entender que su amor permanecerá sin respuesta y, entonces, se quitará la vida. La leyenda de Narciso se volvió a contar muchas veces, pero solo en 1898 el sexólogo Havelock Ellis acuñó el término «narcisismo» y lo relacionó con un estado de «contemplación absorta que a veces roza la autoadmiraación erótica»<sup>101</sup>. En su ensayo *Introducción al narcisismo*, de 1914, Freud dio por sentado que el narcisismo primario está presente en la niñez<sup>102</sup>, siendo una fase necesaria en el desarrollo sexual del niño.

En la década de 1970, el narcisismo se convirtió en una preocupación también para los que trabajaban en ámbitos ajenos al psicoanálisis, especialmente para los periodistas y críticos sociales estadounidenses,

quienes buscaban una palabra para describir lo que percibían como una creciente cultura del egoísmo, una cultura que parecía surgir de la desilusión procedente de los años sesenta, y que celebraba los ideales de autorrealización y autenticidad.

Esta generación de estadounidenses fue descrita como un grupo de trabajadores y trabajadoras corrientes que se habían beneficiado del crecimiento económico durante las dos décadas anteriores. Disfrutaban de comodidad material y psicológica, lo que Philip Rieff definió como una «plenitud de opciones»<sup>103</sup>.

A medida que se iba pasando de la escasez a la abundancia, las personas empezaron a pensar que la mejor manera de gastar el tiempo y el dinero era en ellos mismos, en descubrir y actualizar su yo interior. Según Wolfe, todo comenzó con el Instituto Esalen, que describió como un lugar al que la gente acudía para «lubricar la personalidad».

La ilusión de felicidad, idea adoptada por grupos radicales en los años sesenta, ahora llegaba a las clases medias. La noción de Reich de identidad propia y liberación sexual ya no estaba conectada al socialismo o al deseo de derrocar la sociedad. Se empleaba para lograr la felicidad personal.

Mejor aún, la autorrealización era ahora el camino hacia ingresos significativos y nuevas oportunidades de negocio. Los participantes que acudían a los nuevos cursos de autoconocimiento aprendían a adquirir y disfrutar de lo que legítimamente les pertenecía. El mensaje original del potencial humano, desarrollado por Huxley, se había transformado en un culto al egoísmo. Esta transformación fue encabezada por astutos vendedores y líderes motivacionales que, en su visión de la potencialidad humana, mezclaron la búsqueda de la felicidad y la autorrealización con un impulso hacia el éxito profesional y la acumulación de grandes riquezas.

El ensayo de Wolfe comienza con la descripción de una escena sacada de uno de estos lugares, concretamente, de un programa llamado *Erhard Seminar Training* (o *est*, de su acrónimo en minúsculas), en el que cientos de personas yacían en el suelo del salón de baile de un hotel. Cada uno de los participantes gritaba lo que más quería eliminar de su vida. Algunos querían deshacerse de sus cónyuges; otros de su homosexualidad y odio hacia ellos mismos; otros esperaban deshacerse de su impotencia o de su alcoholismo.

Entre 1971 y 1984, 700.000 personas acudieron para aprender cómo aceptar la responsabilidad completa de sus propias acciones y circunstancias. El seminario lograba convencer a las personas de que no había víctimas en el mundo.

### *Cómo nace la figura de Werner Erhard*

En 1953, John Paul Rosenberg se casó a los dieciocho años. Seis años más tarde, ya padre de cuatro hijos, huyó de su hogar en Filadelfia. Cambió de nombre, eligiendo el de Werner Erhard, y se mudó a San Francisco, donde comenzó a vender enciclopedias. A mediados de la década de 1960, California se había convertido en el epicentro para vivir aventuras espirituales, experimentar con nuevas drogas y practicar la libertad personal. Desde su inauguración, en 1962, Esalen había crecido exponencialmente. Si durante el primer año de actividad solo se ofrecieron cuatro cursos, llegó a contar con más de veinte cursos en 1965. En su apogeo, en 1968, se llegaron a impartir 129 cursos<sup>104</sup>.

Puesto que Erhard era un vendedor astuto, entendió que se trataba de un mercado sin explotar, a la espera de que alguien lo hiciera. En su poco halagüeño retrato de Erhard, *The Dark Journey of Werner Erhard from est to Exile*, Steven Pressman escribe: «Werner Erhard, viviendo en el agotador mundo de las ventas puerta a puerta, reconoció rápidamente el potencial de una conexión simbiótica entre los negocios y la idea fluida del movimiento del potencial humano, que parecía estar explotando por todo San Francisco»<sup>105</sup>.

Erhard nunca había asistido a los talleres de Esalen. Sin embargo, solía disfrutar del programa de radio de Alan Watts sobre el Zen. Como señalé anteriormente, Alan Watts fue uno de los primeros y más populares gurús de Esalen. Mezcló el misticismo oriental con el uso de alucinógenos y el anhelo de libertad personal. Otra influencia importante fue Fritz Perls, con su terapia Gestalt. Cuando más tarde desarrolló sus propios métodos de confrontación, buscando romper la armadura de los participantes, Erhard tomaría prestados los métodos de Perls, especialmente el infame método de la «silla caliente».

Además de referirse a Watts y Perls, Erhard se inspiró fuertemente en la clásica literatura de autoayuda de los años treinta, como en el exitoso

manifiesto de Napoleon Hill, *Piense y hágase rico* y *Cómo ganar amigos e influir sobre las personas*, de Dale Carnegie<sup>106</sup>. En estos libros Erhard halló la imagen atractiva de un individuo dotado de fuerza de voluntad y habilidades maravillosas para mover montañas, cambiar circunstancias y cerrar negocios importantes. Otra influencia importante fue la Cienciología. En la segunda mitad de 1968, Erhard se matriculó en los cursos introductorios de comunicación. Continuó su compromiso con la Cienciología durante un par de años, aunque a medias. En diciembre de 1970, fecha en la que se suponía que adquiriría un papel más activo en la comercialización de estos cursos, de repente se retiró. Se unió a una compañía de venta con esquema piramidal llamada Holiday Magic que, como parte de su amplio menú de productos y servicios, también ofrecía un intenso entrenamiento motivacional llamado Mind Dynamics. Erhard participó en el entrenamiento él mismo y luego se convirtió en instructor. En enero de 1971, después de haber obtenido la franquicia en San Francisco, Erhard llenó un hotel Holiday Inn con treinta y dos estudiantes para su primera sesión de entrenamiento oficial<sup>107</sup>. Tuvo mucho éxito, más que sus compañeros, quienes apenas pudieron alcanzar la cifra de treinta personas. Erhard, sin embargo, atrajo a cientos de personas<sup>108</sup>.

Confiado en que estaría mejor solo, Erhard anunció que dejaría Mind Dynamics para abrir su propio negocio independiente. Lo llamó Erhard Seminar Training, pero prefirió usar el acrónimo «est», porque est, en latín, significa «es», y Erhard pensó que la palabra «es», en toda su sencillez, reflejaba bastante bien las ideas clave del entrenamiento. Al terminar el intenso programa, que duraba cuatro días, se esperaba que los participantes absorbieran por completo el mensaje de que, tal y como dijo Erhard, «Lo que es, es y lo que no es, no es»<sup>109</sup>.

Este se convirtió en un éxito instantáneo y la noticia del nuevo entrenamiento se difundió rápidamente. El entrenamiento de Erhard seguramente se basó en el lenguaje místico y espiritual de sus precursores de Esalen. Pero él agregó un elemento pragmático. Asistir a un seminario no sería solo una experiencia útil para el alma y la mente; había que lograr algo más tangible. Eso fue lo que atrajo a tanta gente: los programas eran intensivos y de naturaleza práctica, prometían que las personas llegarían a ser más eficientes y exitosas.

El entrenamiento solía llevarse a cabo en grandes salones de hotel. Los participantes, después de abonar la cuota de 250 dólares, se reunirían durante dos fines de semana consecutivos. El primer día, después de que todos los participantes tomaran asiento, uno de los empleados de Erhard comenzaba la sesión leyendo una larga lista de reglas. A los participantes no se les permitía abandonar sus asientos, ni siquiera para ir al baño (excepto durante unos cortos descansos). Beber y comer tampoco estaba permitido. Las sesiones empezaban a las nueve y continuaban hasta la medianoche, a veces hasta las cuatro de la madrugada. Solo disponían de descansos para las comidas.

Entonces, después de que el asistente leyera las reglas, Erhard irrumpía en la habitación, agarraba un micrófono e inauguraba la sesión con las siguientes palabras evocadoras:

GRACIAS A ESTE ENTRENAMIENTO, USTED SE VA A DAR CUENTA DE QUE HA ESTADO ACTUANDO COMO UN ESTÚPIDO. TODA SU JODIDA INTELIGENCIA Y AUTODESILUSIÓN NO LE HAN LLEVADO A NADA<sup>110</sup>.

El comienzo era intenso. Consistía en practicar insultos verbales durante una hora. A los participantes se les decía que eran «seres humanos inútiles que se aferraban a creencias sobre ellos mismos y sus propias vidas enraizadas en nociones ridículas sobre la razón, la lógica y la comprensión»<sup>111</sup>.

Después de un largo día de entrenamiento —quince horas— los participantes acababan tumbados en el suelo, con los ojos cerrados, inmersos en tareas de meditación conocidas como «procesos», tareas que permitirían «crear una experiencia personal»<sup>112</sup>.

El segundo día se centraba en la verdad. Erhard empleaba los métodos aprendidos en la Cienciología y en Mind Dynamics. Podría describirse como una sesión de psicoterapia en masa, en la que todos los participantes se tumbaban en el suelo con los ojos cerrados para concentrarse en un objeto del que quisieran liberarse. En un proceso inspirado en las técnicas de Fritz Perls, se les pedía a los participantes que retrocedieran en el tiempo y buscaran en los rincones oscuros de su memoria, rastreando e identificando los elementos irritantes de los que más querían deshacerse.

En su ensayo sobre el narcisismo, Wolfe describe su experiencia en est. Habla de gente que lloraba y gritaba al enfrentarse a sus demonios. Otros

vomitaban. Se solían repartir bolsas para el vómito. En una ocasión, una mujer comenzó a gemir: «¡Oooooooooooooooooohhhhhhhhhhh!», «y cuando ella comenzó a gemir —cuenta Wolfe—, sucedió algo increíble y exhilarante. Una ola de gemidos se extendió entre las personas que la rodeaban, como si su energía se irradiara imitando el destello de un radar. Luego, su sonido leve se convirtió en un grito real, como si nunca hubiera gritado antes; y el grito se extendió de alma a alma, cubriendo el sonido debilitado de los gemidos»<sup>113</sup>.

El segundo día terminaba con una serie de ejercicios llamados «hostigamiento de toros», «confrontación» y «procesos de peligro»: los aprendices primero subían al escenario y, cara a cara con uno de los empleados de Erhard, recibían insultos. Luego, tumbados, se les invitaba a visualizar su miedo a las personas. En este momento, como se les había inducido un ataque de nervios, se producía el tan esperado giro de los acontecimientos. El ejercicio ahora consistía en visualizar el miedo que los demás podrían tenerles. Supuestamente surgiría una sensación de alivio al darse cuenta de que el miedo era imaginario, una construcción de la mente de la cual podían liberarse.

Una semana después, la misma multitud se reunía para el tercer día de entrenamiento, que consistía en una serie de largas conferencias impartidas por Erhard. Partiendo de una mareante variedad de fuentes, presentaba su filosofía idiosincrásica, destinada a provocar una reestructuración drástica de lo que antes se creía ser real o irreal. El cuarto y último día abarcaba una larga conferencia que llegaba a durar hasta diez horas, y que culminaba con la revelación de que: «Eres lo que eres y tú eres el responsable de todo lo que haces»<sup>114</sup>.

est se convirtió en un programa de entrenamiento increíblemente popular, pero no todos los participantes mostraron satisfacción. Cuando a un participante se le preguntó qué había aprendido, él respondió: «aprendí a ponerme delante de 250 personas para decirles que solo son un puñado de jodidos imbéciles»<sup>115</sup>. Sin embargo, el entrenamiento fue ingeniosamente diseñado para hacer que los participantes se sintieran incluidos. Todos pasarían la prueba, especialmente aquellos participantes que mostraban más dificultades desde el principio. «¿Lo conseguiste?», se les preguntaba al final de los cuatro días de entrenamiento. Muchos levantaban los brazos en señal de

aprobación, confirmando que habían comprendido el mensaje. Pero, por lo general, la mayoría de los asistentes seguía afirmando que «no lo había conseguido». «Bueno» era la respuesta que recibían, afirmación pseudo-wittgensteiniana. «No hay nada que conseguir, así que lo conseguiste»<sup>116</sup>.

En 1975, el periodista Peter Marin publicó un artículo en la revista *Harper* titulado «El nuevo narcisismo», en el que advertía sobre la aparición de un nuevo tipo de cultura solipsista «centrada únicamente en el yo y en la supervivencia individual como único bien». Marin describe la conversación mantenida durante una cena con una mujer recién llegada de est. Decía que «su vida había cambiado radicalmente, que se sentía diferente, que era más feliz y más eficiente, y que mantenía su casa mucho más limpia que antes». En el seminario, ella había aprendido: (1) que la voluntad individual es todopoderosa y determina totalmente el destino de cada uno; (2) que no sentía culpa ni vergüenza por el destino de nadie y que los pobres y hambrientos debían de desear ellos mismos encontrarse en esa condición»<sup>117</sup>. Marin enumeró otras siete ideas que la mujer había logrado entender gracias al seminario est. Entre ellas, había aprendido que los norvietnamitas querían ser bombardeados; que un amigo suyo que había sido violado y asesinado también lo había deseado; que ahora se había iluminado por completo, era una especie de dios; y que cualquier cosa que pienses que es verdad llega a serlo, porque la razón es irracional. Finalmente, le aconsejó a Marin que acudiera al seminario est.

El propósito de est era ayudar a las personas a liberarse de las restricciones emocionales que les imponían. Aprendían cómo dejar de ser esclavos bajo circunstancias externas. Usando la terminología de Wilhelm Reich, se les ordenaba matar al «pequeño hombre» que llevaban dentro y crecer para tomar las riendas de sus propias vidas. «Te tengo miedo, hombrecillo, mucho miedo», escribió Reich. «Estás enfermo, pequeño hombre, muy enfermo». «No es tu culpa; pero es tu responsabilidad ponerte bien»<sup>118</sup>. Reich afirmó que el hombrecillo no asume la responsabilidad de sus propias acciones. Está sexualmente frustrado y no tiene valor para vivir una vida auténtica. El hombrecillo tiene miedo, constantemente, miedo a sí mismo y a los demás. Los participantes que llegaban a Erhard no contaban, tal y como él dijo, con un entrenamiento para tener miedo. Tenían que desaprender a actuar

como hombrecillos. Al final del entrenamiento su experiencia de vida tenía que cambiar, de modo que «las situaciones que has estado intentando cambiar o que has estado aguantando desaparecerán en el proceso de la vida misma»<sup>119</sup>.

La insistencia en la responsabilidad individual alcanzó profundidades grotescas. Pressman describe cómo, en una sesión est:

Erhard intentó convencer a una víctima del Holocausto de que ella y sus familiares —fallecidos en un campo de concentración nazi— fueron los verdaderos «responsables» de la situación. Ni los nazis ni Hitler, dijo Erhard más tarde, crearon la «experiencia» de esa mujer en el campo de concentración. Eran solo una ilusión. La realidad, dijo Erhard, fue que ella había creado su experiencia del Holocausto<sup>120</sup>.

Cuando uno de los participantes le preguntó qué podría haber hecho la mujer para evitar su destino, Erhard respondió, un poco desconcertado: «¿Por qué está la luz apagada cuando la enciendes? La pregunta es definitivamente estúpida»<sup>121</sup>.

Durante la década de 1970, cuando la gente acudía en masa a programas de entrenamiento similares a est, la ilusión de felicidad adquirió un nuevo significado. La insistencia de Reich en la autenticidad personal y la liberación sexual, ideas adoptadas nuevamente en los años sesenta como elemento clave de la lucha contra la opresión estatal, ahora se redecoraron para alcanzar la liberación personal y el éxito financiero. El objetivo era liberar al individuo de todas sus construcciones mentales. Todas las personas eran libres de ser quienes querían ser. Siempre podían hacer lo que Erhard hizo, cambiarse de nombre y subir a un avión. Él era la prueba viviente de que era posible cambiar de vida. Como no había restricciones aparte de las construcciones mentales, los participantes no tenían motivos legítimos para sentir lástima por nadie, especialmente por ellos mismos.

Más que una ruta hacia la liberación personal, la noción de un mundo sin víctimas es central para la fantasía neoliberal según la cual todas las personas tienen las mismas oportunidades para ser felices y exitosas, prescindiendo de sus circunstancias. Esta es una noción muy popular tanto entre los políticos de derecha como Donald Trump como entre los gurús de la autoayuda, como Oprah Winfrey.

## *La crueldad de los mensajes inspiradores*

En el verano de 2015 Joyce Torre Franca —una estudiante de medicina— se encontraba en Filipinas, en frente de un McDonald's. Vio a un niño fuera, hacía sus deberes sentado en una mesa improvisada. Era tarde, de noche, pero el niño podía leer y escribir aprovechando la iluminación del restaurante. Torre Franca tomó una fotografía de la escena que tan profundo le llegó, y la publicó en Facebook. «A mí, como estudiante», escribió, «simplemente me chocó mucho, un montón».

Se trataba de la imagen perfecta de la ilusión de felicidad. Daniel Cabrera era un niño de nueve años, sin hogar. Después de que su casa ardiera, había vivido en un puesto de comida con su madre y sus dos hermanos. Su padre murió. Los informes confirmaban que solo poseía un lápiz. Antes había tenido dos, pero le robaron el segundo.

Torre Franca no fue la única inspirada por esta historia. A medida que se hizo viral, la gente le ofreció ayuda al chico. Recibió libros, lápices y rotuladores de colores. Alguien le regaló una lámpara de batería para que ya no tuviera que hacer los deberes en el aparcamiento. Se creó una página de recaudación de fondos para ayudar a cubrir los gastos de su educación.

Sin embargo, para algunos, la moraleja de la historia también fue importante: para tener éxito en la vida, la voluntad y la determinación son absolutamente fundamentales. Se trata del mismo tipo de mensaje promovido por Werner Erhard en est. No hay víctimas en el mundo. Nuestras vidas nunca están predeterminadas. No importa cuán malas sean las circunstancias, es nuestra responsabilidad crear nuestra propia vida.

Un periódico sensacionalista inglés pensó que la imagen podría usarse para fines educativos. Se sugirió que los padres mostraran la imagen del niño a sus hijos, en respuesta a caprichos y quejas. En la misma línea, alguien convirtió la imagen en una postal inspiradora, añadiendo una frase motivacional: «Si es importante para ti, encontrarás la manera. Si no, encontrarás una excusa».

Al combinar la imagen con frases inspiradoras, esta adquiere un nuevo significado, convirtiéndose en un recordatorio de que no hay excusas para el fracaso o la pobreza. Incluso si eres pobre y vives en un hogar improvisado, tienes la opción de salir de esta situación. Todo lo que necesitas es

determinación, voluntad y la actitud correcta, el «yo puedo».

El mensaje que Erhard transmitió a 700.000 personas durante los años setenta y ochenta se basaba en que somos responsables de todo lo que nos sucede, hasta de quemar nuestra casa o tener que vivir en una chabola. «Somos responsables de enfermedades, trastornos, accidentes y atracos», refiere Pressman al comentar las palabras de Erhard y el mensaje que transmitió a través de est, «nosotros causamos todos los incidentes y episodios de la vida». No hay lugar para «víctimas o excusas». Solo cuando los clientes lo aceptan, «solo cuando se dan cuenta de que las personas “crean su propia realidad”, se pueden crear las condiciones para resolver los problemas que plagan sus vidas»<sup>122</sup>.

Las ideas de Erhard siguen siendo influyentes. A pesar de que el programa cerrara formalmente en 1985, continuó bajo el nombre de Forum, y sigue funcionando hoy en día, gracias a la marca Landmark Worldwide. Steven Spielberg, Barbra Streisand, Cher y Elizabeth Taylor son solo algunos ejemplos de la multitud de celebridades que siguió el programa. También ha sido fundamental para la reina de la autoayuda moderna, Oprah Winfrey, quien promueve un mensaje increíblemente similar al de Erhard.

En *Los nuevos profetas del Capital*, Nicole Aschoff describe cómo Oprah, en 1994, declaró querer darle un toque más positivo a su popular programa de televisión. En lugar de enfocarse en lo que estaba mal en la vida de las personas, quería ayudar proporcionando estrategias constructivas útiles para elevarse como seres humanos. Ha llegado el momento de pasar del «Somos disfuncionales» a «¿Qué vamos a hacer al respecto?».

Con el objetivo de que su programa fuera más positivo, Oprah recurrió — en busca de inspiración— a la gurú espiritual de la autoayuda, Marianne Williamson. Cuando Williamson llegó al programa para transmitir su mensaje usó el ejemplo de una madre deprimida que vivía de la ayuda social. No podía «abandonar su mentalidad de víctima y carecía del valor para aceptar la idea según la cual poseemos el poder de romper estas restricciones». En otra ocasión, una joven madre soltera explicó que el programa de Oprah le había permitido entender que ser despedido no es un problema. Es algo por lo que deberíamos estar agradecidos. Al escuchar esto, Oprah comentó: «Cada vez que te despidan, has de decir gracias»<sup>123</sup>.

Al igual que Erhard, Oprah promovió el clásico mensaje de autoayuda que se remonta, al menos, al trabajo de Napoleon Hill. «Hay millones de personas», escribió Hill en *Piense y hágase rico*, publicado en 1936, «que se creen condenadas a la pobreza y al fracaso, debido a una extraña fuerza sobre la cual creen no tener control. Ellos son los creadores de sus propias “desgracias”, debido a esta creencia negativa»<sup>124</sup>.

Cuando Oprah trajo este mensaje a su programa, lo hizo de una manera deliberadamente femenina y compasiva. Ser despedido no es un problema; es una oportunidad para crecer como ser humano. Perder el trabajo podría ser el impulso necesario para descubrir y aprovechar el potencial interno de uno. Como sugiere Aschoff, Oprah es uno de los nuevos profetas del capital, precisamente porque conecta el *ethos* individualista de la autoayuda a la lógica del capital en el que, el individuo, como agente neoliberal obediente, asume un papel activo en su propia explotación, aparentando, mientras tanto, la sincronía entre sus actividades y su deseo interior como expresión de su propia búsqueda de autenticidad.

Pero aquí hay una paradoja interesante en juego: mientras se le pide que desvíe la mirada hacia adentro y descubra sus recursos internos, también se le pide al agente neoliberal que mire hacia afuera buscando lugares para vender y promover sus recursos. Viviendo en la era del capital, tenemos infinitas posibilidades escondidas en nuestro interior en la medida en que hay infinitas posibilidades de hacerlas valiosas convirtiéndolas en mercancías. El despido puede ayudarnos a llegar a esa conclusión. Philip Mirowski, en su libro *Nunca dejes que una crisis te gane la partida*, señala irónicamente: «¡El desempleo es una oportunidad de oro inesperada para comenzar de nuevo, para comenzar una vida diferente! ¡No dejes que los gorriones y los quejicas te arrastren! Conviértete en tu propio jefe gracias al poder del pensamiento positivo... ¿Acaso nunca has deseado fundar tu propio negocio, después de trabajar por cuenta ajena durante 25 años?»<sup>125</sup>. Más allá de nuestros límites mentales hay infinitas posibilidades. Sin embargo, para encontrarlas, debemos dejar de vernos a nosotros mismos como víctimas. El número de octubre de 2013 de la revista *Oprah's* aconsejaba a los desempleados descubrir sus talentos ocultos, aprovechando su «exclusividad» y alimentando su «individualidad machacona».

Aquí pudimos ver cómo la ilusión de felicidad se transformó en una versión de la fantasía neoliberal. El sueño de Huxley sobre la potencialidad humana, tal y como lo expresó a principios de la década de 1960, era un sueño en el que las personas, independientemente de su condición, podían desarrollar su potencial interior floreciendo como seres humanos. Hoy en día las únicas diferencias que se toleran son aquellas que se pueden mercantilizar y contabilizar.

### *Todos somos narcisistas ahora*

En la portada de la revista *Time* del 20 de mayo de 2013 aparece una joven mujer tumbada boca abajo haciéndose un *selfie*. El titular es «The Me Me Generation» («La generación Yo Yo»).

La portada, un guiño al artículo de 1976 de Tom Wolfe, presenta a los jóvenes del nuevo milenio como una generación titulada en narcisismo y pereza. En otras palabras, la Década del Yo de los años setenta habría regresado, tres décadas más tarde, pero esta vez funcionaría en internet. ¿Tiene sentido equiparar los dos tipos de narcisismo?

Según los activistas de Facebook no lo tiene; estos respondieron con memes creativos en los que el texto original se modificó para ajustarse mejor a la realidad de la generación millennial. En una versión, por ejemplo, se reemplazaba «la generación Yo Yo» con «la generación del paro». En otra se leía «la generación condenada». Los memes aludían a que la generación millennial se encontraba en situaciones desesperadas, caracterizadas por grandes deudas estudiantiles, alquileres de viviendas inflados y perspectivas sombrías a la hora de encontrar un trabajo decente. «Los jóvenes del nuevo milenio son narcisistas porque jodimos toda su generación y no tienen nada mejor que hacer que vagar y mirar el Tumblr», decía un meme. Otro: «Echamos por tierra su futuro gastando dinero en guerras interminables, paracaídas dorados para los banqueros y pajas para los corredores de bolsa».

La portada original me pareció desagradable y los memes bastante divertidos, pero nunca pensé seriamente sobre el tema hasta años después, cuando impartí un curso sobre un tema relacionado; pensé que era una buena idea mostrar la portada a mis estudiantes.

Les entregué fotocopias de la portada y les pregunté si creían que fuera una descripción adecuada de su situación. En lugar del estallido que esperaba, mis estudiantes respondieron encogiéndose de hombros colectivamente.

«Es más o menos adecuada, supongo», dijo un estudiante.

«Mira, es que *somos* narcisistas», agregó otro.

«Ya sabes», comenzó un tercer alumno, «de pequeños todos nos repitieron lo maravillosos y especiales que somos». Muchos de los otros estudiantes asintieron. A todos les habían dicho las mismas cosas. Y todos sabían que era una mentira. A pesar de que el imperativo hoy en día es convertirse en una celebridad (como escribe Sheila Heti en el epígrafe de este capítulo), siguió el estudiante, no fueron tan estúpidos como para creer seriamente que todos crecerían para convertirse en celebridades, como las Kardashians, Justin Bieber o Paris Hilton.

Entonces una estudiante protestó. Explicó que a ella también le habían dicho que era especial. Pero también le habían dicho que, a menos que trabajara mucho en la escuela y obtuviera excelentes resultados, no tendría ninguna posibilidad de competir con los chinos. La observación tenía un tono desagradable. Había algunos estudiantes chinos en la sala. Miré hacia ellos. Ellos le devolvieron la sonrisa, estoicamente.

En *La cultura del narcisismo*, de 1979, Christopher Lasch escribe que el «narcisista admira y se identifica con los ganadores»<sup>126</sup>.

Sin embargo, mis alumnos no parecían estar hablando de amor propio o autoerotismo. No se veían como ganadores. Al autotacharse de narcisistas, lo decían de manera fatalista. Parecían pensar en el narcisismo no como un rasgo de personalidad, sino como un conjunto de características culturalmente pertinentes que debían exhibir. Su narcisismo no era de libre elección, sino una necesidad. Desde entonces, he estado pensando en ellos como una generación de narcisistas compulsivos. Por un lado, se espera que se presenten de manera favorable. Deben demostrarle al mundo que son ambiciosos y especiales, que buscan las estrellas, como si fueran una especie de celebridad. Por otro lado, se les recuerda constantemente que la realidad a la que están a punto de enfrentarse es dura, y que deben desarrollar una mentalidad elaboradamente competitiva.

Por eso es injusto, y simplemente erróneo, llamarlos narcisistas. Uno no

sufre un trastorno debido a la necesidad de tener que abrazar los valores culturales premiados por la sociedad. Todos sabemos que la primera pregunta que recibe un joven al solicitar un trabajo hoy en día es en qué destaca entre la multitud. En la época de Oprah, se espera que los *millennials* se autodescriban como individuos machacones: jóvenes almas emprendedoras con un anhelo por la marca y que están entrenadas en el arte de demostrar su «exclusividad». Mientras tanto, son conscientes de que no son únicos. Simplemente tienen que seguir el juego. ¿De qué otra manera podrían destacar entre la multitud?

Para apreciar la diferencia entre los narcisistas compulsivos de mi clase y los narcisistas voluntarios descritos por Wolfe, hay que reconocer que los jóvenes de hoy se enfrentan a una realidad más dura comparada con la que caracterizó la década de los setenta, en cuanto a encontrar un empleo estable y una vivienda asequible se refiere. Los narcisistas compulsivos alcanzaron la mayoría de edad en medio de una crisis financiera. Sus vidas se han definido no por la riqueza y la abundancia, como en el caso de los narcisistas descritos por Wolfe, sino por la precariedad, la austeridad y las deudas estudiantiles. No pueden concederse el lujo de darle la espalda al mundo, porque el mundo se la dará primero.

Mientras tanto, no se espera que los jóvenes sigan sus sueños, sino que su sueño sea crear y promocionar su propia marca. Los narcisistas obligados deben creer en el mito de la meritocracia y considerarse ganadores.

Para lograr el objetivo, tendrán que manipular la información que poseen sobre política y economía. Tendrán que dejar de considerar el desempleo un asunto político e identificarlo como fallo individual. Un ejemplo extraño de esto lo encontramos en el estudio autoetnográfico de Ivor Southwood sobre las oficinas de desempleo del Reino Unido, *Non-Stop Inertia*: a los solicitantes de empleo se les impone que «hagan tres cosas positivas cada semana»; de lo contrario, se les aplican medidas disciplinarias<sup>127</sup>. Un reciente artículo publicado en la revista *Critical Medical Humanities*<sup>128</sup> confirma que este tipo de ejercicio está orientado a modificar las actitudes, las creencias y la personalidad, y que se ha convertido en una estrategia política destinada a erradicar la sensación de desigualdad socioeconómica.

Este fue, precisamente, el objetivo perseguido por los programas de orientación que siguieron la filosofía est. Al final del entrenamiento, se

esperaba que los participantes creyeran que las circunstancias eran meras ilusiones. La vida de las personas no se forja en la base de su origen social o recursos económicos, sino únicamente en la base de su propia mente.

### *La confesión moderna*

«Todos somos narcisistas ahora», continuó uno de mis alumnos. Habían comenzado a hablar sobre sus hábitos en las redes sociales. «Quiero decir, mira las fotos que publicamos en Facebook e Instagram», continuaron, contándome más de lo que quería saber sobre lo que solían compartir en las redes.

«Compartir» fue una actividad fundamental en Esalen y est, pero la obligación moral de revelar detalles íntimos sobre uno mismo se remonta a épocas más antiguas. En *Historia de la sexualidad*, de 1976, el filósofo Michel Foucault señala que la confesión es el ritual en el que la sociedad civil y religiosa ha confiado desde la Edad Media. Su función, según Foucault, es la de producir verdades e implicar directamente al sujeto en este proceso. Escribe que la «obligación de confesar» está ahora «profundamente arraigada en nuestro ser, ya que no la percibimos como el efecto de un poder que nos constriñe». Pensamos que las verdades ocultas en nuestro ser han de salir. Si no dejamos que surjan, revelamos nuestra incapacidad de ser libres<sup>129</sup>.

En la década de 1970, cuando cientos de miles de estadounidenses asistieron a programas de entrenamiento para descubrirse a sí mismos, la confesión llegó a desempeñar un papel central en su búsqueda de autonomía y libertad. Se les pidió que se enfrentaran a sus demonios internos, luchando contra las figuras de autoridad internalizadas para liberarse de las restricciones impuestas externamente. Se les pidió que reconectaran con su ser interior y se entregaran al disfrute, y, para este fin, la confesión desempeñó un papel central.

¿Recordáis el salón de baile del hotel que Tom Wolfe describió en su ensayo sobre el narcisismo? La escena se refiere al tercer día del entrenamiento est, cuando a todos los participantes se les pidió que compartieran algo que quisieran eliminar de sus vidas. La gente subía al escenario para hablar de qué quería liberarse. Una mujer subió al escenario y

agarró el micrófono para compartir su secreto. Ella no quería eliminar su instinto de autodestrucción o pereza, como otras personas. No, ella quería eliminar sus hemorroides.

Los participantes ya habían logrado identificar de qué querían deshacerse. El entrenador les pedía que «se tumbaran en el suelo, cerraran los ojos para tomar contacto con su espacio personal, y que se concentraran en ese único objeto del que querían deshacerse; les pedía sentirlo realmente y dejar que la sensación se desatara». Así que allí estaba ella, en el suelo, sintiendo (y nunca mejor dicho) sus hemorroides, «la sensación», tal y como expresó Wolfe, «de que un cacahuete se había quedado atrapado en su esfínter anal».

El objetivo de estos talleres era liberarse del «exceso de equipaje social» para «encontrar el verdadero yo». Para que esto sucediera, el individuo tenía que soltar y «quitar el dedo del botón de represión», revelando sus secretos más íntimos. Se les animó a hablar de sí mismos con gran detalle y sin vergüenza alguna. Se les ordenó hablar en público, hasta delante de cientos de personas.

Hoy en día, en los tiempos en que internet ha reemplazado el antiguo salón de baile, podemos compartir nuestros secretos con más de unos cuantos centenares de personas.

En 2006, a la edad de veinticuatro años, a la bloguera Emily Gould le ofrecieron un trabajo en *Gawker*, un blog de chismes destinado a revelar la supuesta doble vida de las celebridades exponiendo sus secretos, tuvieran o no. En el mundo creado por *Gawker*, explicó Gould en una entrevista para el *New York Times*, «Todos eran más gordos o mayores, todos tenían problemas de piel. Todos los hombres engañaban a sus parejas; todas las mujeres eran unas furcias. Los escritores que trabajaban allí se dedicaban al plagio, eran *hackers* sin talento o sinvergüenzas beneficiados por el nepotismo. Todos eran hipócritas»<sup>130</sup>.

*Gawker* fue pionero en lo que el filósofo Byung-Chul Han definió como *sociedad de la transparencia*<sup>131</sup>, una sociedad en la que todos los secretos privados se hacen públicos. Si los lectores de *Gawker* podían protegerse detrás de sus pantallas, los escritores, como Gould, no gozaban de protección. Se vieron sometidos a la mirada escrutadora de los lectores. Cuando Gould comenzó, su editor le aconsejó no leer los comentarios. Ella, sin embargo, no

pudo resistirse a la tentación. Aunque los comentaristas no eran sus amigos, explica Gould, «su relación con ella fue casi más profunda»:

Eran compañeros de trabajo, más o menos, me daban ideas para publicaciones, reescribían mis líneas punzantes. Me acosaban en los bares. Eran fanáticos que adulaban incluso mis esfuerzos más escasos. Eran enemigos que expresaban mis peores temores sobre mis limitaciones. Eran las voces en mi cabeza. Podía ignorarlos a veces. O, de seguirles el juego, se convertirían en mi mundo entero<sup>132</sup>.

La voz de los lectores se oía tan cerca que a veces retumbaba en mi cabeza, y desempeñaba un papel fundamental en qué y cómo escribía. Los lectores le pedían que escribiera más sobre ella, revelando tantos detalles íntimos como fuera posible. Querían que confesara verdades, mientras más personales y emocionales mejor; de esta manera, recibiría más «me gusta» y comentarios. Gould escribió sobre sexo, sobre su deseo de matar a su madre (a quien amaba más que a nadie) y sobre su infección urinaria.

Si los participantes de est tenían que ponerse de pie y compartir sus secretos delante de 250 personas en una sala, blogueros como Gould se exponían a una masa anónima de cientos de miles (a veces millones) de personas, todos escondidos detrás de sus pantallas.

Ella no sabía quiénes eran estas personas, entonces: ¿a quién le habló? ¿Lo hizo por su propio bien? Foucault nos recuerda que la confesión es un ritual que «se desarrolla dentro de una relación de poder» y que siempre hay algún tipo de «autoridad que requiere la confesión»<sup>133</sup>.

El poder y la autoridad rara vez se mencionan cuando se habla de «compartir». Tomemos en consideración los talleres de Esalen, en los que a los participantes se les instruía para enfrentarse a sus miedos y limitaciones. Perls no se consideraba una figura de autoridad y no concebía sus talleres como el producto o la puesta en marcha de relaciones de poder. Al contrario, según él eran procesos mediante los cuales los individuos podían finalmente liberarse de las relaciones de poder y de sus limitaciones.

No obstante, esta es una noción muy ingenua de poder. A raíz de la lectura del trabajo de Reich, la ilusión de felicidad se basó en la creencia optimista de que la libertad personal y el yo auténtico se obtienen a través del rechazo de la figura autoritaria. Esta es una noción ingenua porque el poder emerge no solo a través de figuras autoritarias visibles o prohibiciones. Al pedirles a sus pacientes que se liberaran, Reich los implicaba en una modalidad diferente de

relación de poder, modalidad que puede llegar a ser igual de imponente que las formas empleadas tradicionalmente para ejercer el poder. Subirse a la silla caliente de Perls para revelar los miedos también producía una relación de poder, puesto que se trataba de una situación en la que el individuo era extremadamente vulnerable. Gould fue alabada y castigada por los lectores mientras estuvo revelando secretos en su blog; al igual que a las personas sentadas en la silla caliente de Perls, se animó a exponer su vida íntima en público. Pero en vez de liberarla, esta forma de confesión pública solo la hizo más indefensa y vulnerable.

Gould fue partícipe de la cultura del narcisismo sabiendo que era perjudicial, y yo diría que este es el destino que comparte con todos los narcisistas compulsivos, que se dedican a formas de autopromoción no porque lo deseen, sino porque deben. Están entrenados para convertir sus idiosincrasias en ventajas competitivas y compartir sus experiencias personales demostrando su capacidad para trabajar duro y promocionarse. El mundo que han habitado está definido por las nociones de competencia implacable e individualismo. Si no logran acceder al mercado laboral, es su responsabilidad averiguar por qué. ¿Podrían haber hecho más para promocionarse, o haber trabajado más duro para demostrar sus puntos fuertes? ¿O quizás haber invertido más tiempo y esfuerzo en cultivar sus talentos innatos?

Este es el cruel destino de los narcisistas compulsivos. Están condenados a examinarse a sí mismos, no según los principios filosóficos de un espíritu asombrado, sino de acuerdo con principios financieros, adoptando un espíritu de autocrítica.

Es bastante irónico observar que la ilusión de felicidad de Reich ya no se opone al poder y a la dominación, sino que se emplea para ejercer el poder y la dominación. Como argumentaré en el próximo capítulo, esta ironía es evidente en el puesto de trabajo contemporáneo, donde la ilusión de felicidad se emplea continua e ingeniosamente para explotar a los trabajadores.

---

<sup>99</sup> Sheila Heti, *How Should a Person Be?* (London: Vintage, 2014), p. 2.

- [100](#) Tom Wolfe, «The “Me” Decade and the Third Great Awakening», *New York*, 23 August 1976.
- [101](#) Elizabeth Lunbeck, *The Americanization of Narcissism* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 2014), p. 83.
- [102](#) Sigmund Freud, «On Narcissism: An Introduction», *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIV, 1914-1916* (London: Vintage, 2001), p. 90.
- [103](#) Rieff, *The Triumph of the Therapeutic*, p. 26.
- [104](#) Steven Pressman, *Outrageous Betrayal: The Dark Journey of Werner Erhard from est to Exile* (New York: St Martin’s Press, 1993), p. 14.
- [105](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 15.
- [106](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 16.
- [107](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 37.
- [108](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 38.
- [109](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 76.
- [110](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 70.
- [111](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 71.
- [112](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 73.
- [113](#) Wolfe, «The ‘Me’ Decade and the Third Great Awakening».
- [114](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 77.
- [115](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 64.
- [116](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 77.
- [117](#) Peter Marin, «The New Narcissism», *Harper’s*, October 1975, p. 46.
- [118](#) Reich, *Listen, Little Man!*, p. 16.
- [119](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 70.
- [120](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 18.
- [121](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 73.

- [122](#) Pressman, *Outrageous Betrayal*, p. 71.
- [123](#) Nicole Aschoff, *The New Prophets of Capital* (London: Verso, 2015), p. 85.
- [124](#) Napoleon Hill, *Think and Grow Rich* (New York: Aristeus Books, 1936/2014), p. 22.
- [125](#) Philip Mirowski, *Never Let a Serious Crisis Go to Waste* (London: Verso, 2013), p. 102.
- [126](#) Christopher Lasch, *The Culture of Narcissism: American Life in an Age of Diminished Expectations* (New York: W.W. Norton, 1979), p. 85.
- [127](#) Ivor Southwood, *Non-Stop Inertia* (Alresford, Hants.: Zero Books, 2011).
- [128](#) Lynne Friedli and Robert Stearn, «Positive Affect as Coercive Strategy», *Critical Medical Humanities* 41(1), 2015, pp. 40-47.
- [129](#) Michel Foucault, *The History of Sexuality: The Will to Knowledge* (New York: Penguin Books, 1977), p. 60.
- [130](#) Emily Gould, «Exposed», *New York Times Magazine*, 25 May 2008.
- [131](#) Byung-Chul Han, *The Transparency Society* (Stanford: Stanford University Press, 2015).
- [132](#) Gould, «Exposed».
- [133](#) Foucault, *The History of Sexuality*, p. 61.

### 3. FELICIDAD S.L.

Fue entonces cuando aprendí que no es suficiente con hacer tu trabajo, sino que además tienes que mostrar interés por él, una pasión incluso.

Charles Bukowski, *Factotum*<sup>134</sup>

#### *Sé tú mismo y disfruta*

Para Tony Hsieh, director ejecutivo de Zappos, una apuesta es una apuesta. El día de su graduación, en Harvard, apostó con sus amigos: «Si me hago rico en los próximos diez años os invito a un crucero». En 1999, después de vender su primera compañía a Microsoft, era ya millonario y, por lo tanto, invitó a sus amigos a un crucero de tres días por las Bahamas. «A ojos de mis amigos», refiere Hsieh en su libro *Delivering Happiness*, «yo representaba el éxito y la felicidad». Pero allí parado, en el club nocturno del crucero, con una copa en la mano, oía una voz persistente en la parte posterior de su cabeza, preguntando: «¿Qué es el éxito? ¿Qué es la felicidad? ¿Para qué estoy trabajando?»<sup>135</sup>.

Poco después de su regreso, Hsieh hizo una lista de los períodos más felices de su vida, y se dio cuenta de que ninguno tenía que ver con el dinero. Lo que le hizo feliz fue construir cosas, ser creativo, pasar tiempo con sus amigos y comer la comida que le gustaba (patatas al horno y pepinillos, por lo que cuenta). «Pensé en la facilidad con la que nuestra sociedad y nuestra cultura nos lavan el cerebro para dejar de pensar y simplemente asumir que más dinero equivale a más éxito y más felicidad, cuando en última instancia la felicidad solo es disfrutar de la vida».

Esto pasó en víspera del nuevo milenio, cuando se dio cuenta de que nunca habría otro 1999. Decidió que era hora de ser «fiel a uno mismo». Renunció a su aburrido trabajo de oficina en Microsoft. «No sabía exactamente lo que iba a hacer, pero sabía lo que no iba a hacer. No iba a quedarme sentado dejando que mi vida y el mundo pasaran de largo.

Se mudó a un desván con algunos amigos, convirtió una de las habitaciones en una oficina, creó un fondo de inversiones y luego tuvo la idea de vender zapatos a través de internet. Era una gran industria y las ventas de catálogo llegaban a los dos mil millones. Y entonces, nació Zappos.

Después de unos pocos años de prueba, Zappos se convirtió en una empresa rentable que necesitaba, sin embargo, una identidad más sólida. Influenciado por el gurú de los negocios Jim Collins y su libro *Empresas que sobresalen*, Hsieh creía que para ser un verdadero triunfador primero tenía que descubrir su identidad real. Lo que marcó la diferencia en Zappos y la distinguió de otras compañías —se dio cuenta de esto después de hablar del tema con sus compañeros— fue su manera genuina e innovadora de dirigirse a los clientes. Zappos, por supuesto, tendría el mejor servicio al cliente del mundo. Su visión sigue siendo «brindar felicidad a clientes, empleados y proveedores».

Decidido a ofrecer el mejor servicio de atención al cliente del mundo, se mudó de San Francisco a Las Vegas, traslado que no parecía inteligente desde el punto de vista financiero, pero que sí tenía perfecto sentido cultural. Las Vegas, según Hsieh, era el lugar donde sus empleados serían felices. Y su equipo allí estaría muy unido, puesto que los empleados no conocían a otra gente en Las Vegas. Hsieh se dio cuenta de que para lograr todo esto, Zappos necesitaba una cultura fuerte. A partir de ese momento, la cultura de empresa pasó a ser la prioridad número uno.

Zappos, de hecho, se ha convertido en una compañía icónica, conocida especialmente por su espectacular cultura empresarial, de la que cualquier persona ajena a la empresa puede llegar a ser partícipe. Los visitantes pueden acceder a las instalaciones y experimentar la visión de la empresa de primera mano, apreciando la atmósfera energética de la compañía.

En los años ochenta y noventa, las corporaciones estadounidenses comenzaron a considerar la noción de cultura de manera más seria. Los gurús de la gestión habían escuchado atentamente las quejas de los gerentes. No sabían qué hacer con sus empleados quejicas, que parecían descontentos y desmotivados. Los gurús empresariales explicaron que la gente necesita sentir pasión por lo que hace. Necesita sentirse parte de una identidad fuerte. Más importante aún, los empleados necesitan pensar que el trabajo no es solo algo

que hay que hacer, sino un medio a través del cual se puede alcanzar el verdadero yo.

El movimiento del potencial humano, mediante programas de entrenamiento como est, se había extendido rápidamente durante la década de 1970, y fue hacia estos movimientos que algunos de los líderes empresariales más progresistas ahora orientaron su atención. Todo esto puede parecer un giro irónico de los acontecimientos. Cuando la ilusión de felicidad surgió en las contraculturas de los años sesenta, lo hizo en oposición a las corporaciones e instituciones sociales. Pero luego, en la década de 1970, cuando la fantasía se vendió a gran parte de la clase media —en rápido crecimiento—, ya no se caracterizó por una orientación política.

Y después, en la década de 1980, las empresas comenzaron lentamente a tomar nota, explorando ideas no convencionales, como las de la Nueva Era (*New Age*). Como informó el *Wall Street Journal* en 1987: «Docenas de importantes compañías estadounidenses —incluidas Ford Motor Co., Procter & Gamble Co., TRW Inc., Polaroid Corp. y Pacific Telesis Group Inc.— están gastando millones de dólares en los llamados Talleres de la Nueva Era»<sup>136</sup>. Y así, a principios de la década de 1990, Michael Murphy, cofundador de Esalen, lanzó una iniciativa destinada a atraer más negocios a sus instalaciones de Big Sur. El primer paso fue convertir uno de sus edificios en un retiro corporativo, ofreciendo cursos de crecimiento personal, reducción del estrés y mejora de la creatividad. Los aprendices no solo tenían que aprender a hacerse dueños de su propia vida, sino también a hacerse «dueños» de los resultados de la empresa<sup>137</sup>.

A medida que las empresas comenzaron a involucrarse de forma más promiscua con los movimientos de la Nueva Era, adoptando y posteriormente cooptando el vocabulario de la transformación humana y la libertad individual, se volvieron más atractivas para los grupos de individuos librepensadores que anteriormente habían evitado como la peste los poderes corporativos. En una entrevista realizada en 1990, la editora de literatura comercial de *Doubleday*, Harriet Rubin, afirmó: «En los años sesenta, los librepensadores se habrían cortado las venas antes de formar parte de cualquier institución corporativa estadounidense; ahora las corporaciones son una especie de laboratorio para poner a prueba sus ideas»<sup>138</sup>.

En un artículo publicado en *Fortune*, Frank Rose describió el nacimiento de una nueva era de los negocios, caracterizada por unos líderes empresariales que reemplazaron su obsesión por los números con una visión más abierta sobre el potencial humano. Rose describe cómo Levi Strauss & Co., entre otras empresas, se sintonizó en esta nueva frecuencia. El presidente Robert Haas acababa de anunciar su nueva visión de la corporación, basada en el concepto de empresa global formada por personas creativas que «pueden aprovechar todo su potencial». Mientras tanto, los gerentes ya no tenían que actuar como figuras de autoridad. En cambio, explicó, tendrían que actuar como «entrenadores, facilitadores y modelos a seguir»<sup>139</sup>. Al ser una empresa centrada en la moda, Levi Strauss tenía que mantenerse receptiva a las nuevas tendencias. O mejor aún, tenía que atraer a los tipos creativos que establecían las nuevas tendencias. Levi Strauss no fue la única compañía que se sometió a transformaciones tan radicales. Microsoft adoptó un mantra casi idéntico, estableciendo su nueva visión: «Permitir que las personas y los negocios de todo el mundo desarrollen todo su potencial»<sup>140</sup>.

Como era de esperar, Werner Erhard, como líder del movimiento de la transformación humana, ganó prósperos contratos orientados a la formación del personal empleado en grandes compañías, como TRW Automotive y Ford<sup>141</sup>. En 1984, para adaptarse al nuevo clima, cambió el nombre de su programa de est a Forum, dándole un toque más profesional y centrado en los negocios.

Erhard siguió dirigiendo Forum hasta 1991, cuando, a raíz de acusaciones de abuso sexual y fraude tributario (de las cuales fue declarado inocente más tarde), vendió sus «tecnologías» a sus allegados más cercanos, siendo uno de ellos su hermano, Harry Rosenberg. Cambiaron el nombre a Landmark Forum y siguieron alimentando la ambición de Erhard: hacer que el entrenamiento se ajustara al logro de una carrera exitosa. Como escribe la historiadora Suzanne Snider:

Desde que est evolucionó convirtiéndose en Forum, también evolucionó el público que consumía tales «tecnologías» —abarcando *hippies* New Age, CEOs e híbridos CEO-*hippies*— una transformación que no solo nos dio una lección sobre la importancia del cambio de la marca corporativa y el desplazamiento de los estándares de legitimidad de nuestra cultura; esta transformación también explica lo que soñamos unos treinta años más tarde, cuando soñamos con nuestro propio potencial<sup>142</sup>.

Landmark Forum sigue funcionando a día de hoy; en su página web podemos conseguir información acerca de sus programas de entrenamiento, cuyo objetivo es producir «cambios positivos y permanentes en la calidad de vida de las personas», lo que hará que el aprendiz experimente «un nuevo y único tipo de libertad, eficiencia y poder: la libertad de sentirse cómodo en cualquier circunstancia, una nueva efectividad en áreas que realmente le importan, y el poder de convertir en realidad todos sus encargos»<sup>143</sup>.

El entrenamiento sigue siendo popular en el mundo de las grandes empresas. Uno de los más entusiastas partidarios de Landmark es lululemon, una empresa de ropa yogui que, como est, debe escribirse en minúsculas. En un artículo publicado en el *Evening Standard*, un *community manager* de lululemon describió la empresa como «algo más que un lugar donde vas a comprar *leggings* ajustados y *sexis*»<sup>144</sup>. Tenemos una cultura muy fuerte y nos basamos en los valores de la empresa». Nuestra misión es elevar al mundo, pasar de la mediocridad a la grandeza. A los asistentes de venta se les define como «educadores» y a los clientes como «invitados». Se les pide a todos los empleados que anuncien públicamente sus objetivos de aquí a diez años, y después de un año en la compañía se les invita a someterse al entrenamiento Landmark de tres días, sin coste alguno.

En la década de 1980, los gurús de los negocios comenzaron a promover un nuevo tipo de estrategia de gestión. Mediante el desarrollo de una fuerte cultura corporativa, los gerentes podían motivar a sus empleados de una manera más efectiva y profunda. Unos empleados persuadidos de que no trabajarían simplemente por el dinero, sino por algo más grande que ellos mismos, se involucrarían de una manera más emocional y social, como miembros de una familia. La aspiración, así pues, era reemplazar el cumplimiento del compromiso motivando a los empleados para que invirtieran su tiempo y energías en el desarrollo de la empresa. No se limitarían a llegar a la oficina para cumplir reglas, como robots, sino que irían al trabajo con sus pensamientos, creencias, experiencias, sentimientos y poderes creativos, considerados ahora recursos vitales para enriquecer el valor de la organización.

La parte ingeniosa de esta estrategia fue que, al hacer que los empleados se sintieran más integrados en la cultura de la empresa, el control o la motivación

en términos punitivos o tecnocráticos ya no eran necesarios. Trasladar el enfoque al aspecto emocional de los empleados permitió controlarlos de una manera que pareció benigna. Esta forma de control, que el investigador en cultura organizacional Gideon Kunda ha definido como «normativo», se basa «en una transacción de experiencias en la que se intercambian recompensas simbólicas a cambio de una orientación moral hacia la empresa»<sup>145</sup>. Los empleados no son solo empleados, sino que pueden expresar su verdadero yo individual.

«Nunca tuve trato con una compañía tan positiva», dijo el propietario de un estudio de yoga al *Evening Standard*, cuando se le preguntó acerca de lululemon. La palabra «reunión» está prohibida, se dice «conectar», y el objetivo principal de cada conexión es «sorprender y deleitar».

En su libro *Authenticity and the Cultural Politics of Work*, el profesor de *management* Peter Fleming describe un centro de llamadas australiano, llamado Sunray, en el que a los empleados se les anima a mostrar su verdadero yo, con verrugas y todo. Los empleados pueden traer artículos personales a la oficina. No existen códigos de vestimenta. Se organizan fiestas y las relaciones sexuales entre compañeros están permitidas. Cuando una empleada rompió con su novio se le pidió que compartiera su experiencia y emociones en el trabajo. Como señala Fleming, el imperativo en este lugar de trabajo no es ser otra persona, sino «ser simplemente uno mismo»<sup>146</sup>.

En un perfil de Zappos del *New York Times* encontramos una descripción similar: «Los empleados más jóvenes están muy tatuados; el código de vestimenta es agresivamente informal. Los escritorios están repletos de peluches gigantes y las paredes de juguetes que emiten sonidos, diseñados por Blue Man Group»<sup>147</sup>. Cuando Tony Hsieh decidió hacer de la cultura empresarial su prioridad no quería imponer sus propias ideas. Así que les pidió a todos los empleados que escribieran lo que Zappos representaba para ellos. El resultado fue el libro *Zappos Culture*, que enumera las diversas experiencias de los empleados y resume los diez valores centrales de la empresa, uno de los cuales es «crear diversión y un poco de rareza». «Pregúntate —Hsieh escribe— ¿qué podemos hacer para ser un poco raros y diferenciarnos de los demás?»<sup>148</sup>.

Cuando los visitantes —personas ajenas a la empresa— llegan a las

oficinas de Zappos para una «visita cultural», pueden experimentar esta rareza. «Cada visita es diferente», explica Hsieh en *Delivering Happiness*. «Puede que encuentres una máquina de palomitas o una máquina de café con forma de robot en nuestro recibidor». O quizás una bolera improvisada construida por nuestros desarrolladores de *software*, empleados disfrazados de piratas, un karaoke, una sala de siesta, un zoológico de mascotas o un aperitivo a base de perritos calientes». Continúa: «O podrías visitarnos para nuestro Bald & Blue anual: algunos empleados se ofrecen como voluntarios para que otros les afeiten la cabeza». La extravagancia y la locura son, por supuesto, parte de una ideología más envolvente de trabajo. En su página web, Zappos explica:

Te animamos a ser tú mismo y a divertirte. No promovemos el equilibrio trabajo/vida privada en el sentido tradicional, sino que creemos en la integración entre el trabajo y la vida. Nos gusta pasar un buen rato *en el* trabajo, no solo fuera de él. No hay necesidad de esconder tus peculiaridades o tus bailecillos torpes. De alguna manera, ¡trabajar aquí es como descansar de la vida allí fuera!

Los ideales antiautoritarios que en un principio se organizaron colectivamente en contra de una América corporativa, se han integrado ahora completamente en culturas corporativas como las de Zappos, lululemon y Sunray. Cuando Reich desarrolló su noción de felicidad basada en los valores morales de la autenticidad y la sexualidad nunca podría haber soñado con encontrar estos valores en la oficina.

¿Cómo llegamos a este punto? ¿Por qué hay tantas organizaciones comprometidas con promover un mensaje de libertad personal y felicidad? Para entender este cambio cultural, necesitamos retroceder en el tiempo y considerar la crítica que se formuló en las décadas de 1950 y 1960 en contra del trabajo asalariado y las organizaciones laborales. En aquel entonces no había nada agradable o liberador en ir a trabajar por la mañana y volver a casa por la noche. Para la generación Beat de la década de 1950, el trabajo asalariado era un mal que aturdí la mente y mataba la autenticidad y la creatividad. Y para los estudiantes que tomaron las calles a finales de los sesenta, el trabajo era una prisión de la que había que escapar.

### ***La Corporación Beat***

Charles Bukowski fue muchas cosas: poeta, novelista, obrero en una fábrica de pepinillos, cartero, borracho; pero desde luego no fue un aficionado a la felicidad radiante. Los ojos en retirada de Bukowski y su rostro lleno de cicatrices, los surcos profundos que descendían desde las fosas nasales, eran sin duda el producto de largas noches pasadas bebiendo en barras destartadas. Pero eso no fue lo único que le cansó. Había algo más a lo que culpar, y eso fue el trabajo, los duros empleos no cualificados.

En 1969, a la edad de cuarenta y nueve años, Bukowski finalmente pudo escapar de la prisión del trabajo asalariado. En una carta a su editor John Martin, quien, al ofrecerle un salario mensual de 100 dólares había hecho posible esta salida, Bukowski describió el terrible golpe que le había causado el trabajo.

«El color deja el ojo. La voz se pone fea. Y el cuerpo. El cabello. Las uñas. Los zapatos».

«¿Por qué —le preguntó Bukowski— alguien estaría de acuerdo con tal humillación?». «De joven», escribió en la misma carta, «no podía creer que las personas pudieran entregar sus vidas a esas condiciones. Ahora, siendo viejo, aún no puedo creerlo. ¿Para qué lo hacen? ¿Sexo? ¿Televisión? ¿Un automóvil comprado a plazos? ¿Por los niños? ¿Niños que van a hacer las mismas cosas que ellos hicieron?»<sup>149</sup>.

Bukowski no fue el único. Al principio, cuando las grandes corporaciones como Ford Motor Company se ajustaron a una nueva estructura de vida, con una marcada división entre el trabajo y el ocio, pareció un avance humano. La semana laboral de cuarenta horas, institucionalizada en 1938 como parte de la Ley de Normas Razonables de Trabajo, fue un paso adelante definitivo y una salida de las duras condiciones del industrialismo, donde el trabajo parecía continuar, sin parar, desde el amanecer hasta el anochecer.

Sin embargo, el estado de ánimo cambió rápidamente, y para la década de 1950 y 1960, cuando los bohemios se establecieron en California y los Beats y los *hippies* llegaron a la palestra cultural, la monotonía 9:00-a-17:00 se había convertido en un símbolo de la vida inauténtica, un constante deambular entre la oficina y el televisor. Es algo irónico: la crítica levantada por los grupos contraculturales de los años cincuenta y sesenta ahora ha desembocado en la imagen de Zappos y en la idea de «conciliación vida-trabajo».

Aproximadamente sesenta años después hemos logrado un nuevo tipo de cultura de trabajo precaria, la 24/7. Esto no fue lo que soñaron los Beats y los *hippies*.

A mediados de la década de 1950, mientras vivía en San Francisco, el poeta Allen Ginsberg encontró trabajo como investigador de mercado. A pesar de que este fuera exactamente el tipo de trabajo que había estado buscando, temía que lo esclavizara.

Cuando su terapeuta le preguntó qué era lo que realmente deseaba hacer, Ginsberg respondió: «En realidad me gustaría dejar de trabajar para siempre, no volver a trabajar jamás, no volver a un trabajo como el que estoy haciendo ahora, y no hacer otra cosa que no sea escribir poesía. Y tener tiempo para pasar el día al aire libre, ir a museos y ver a mis amigos»<sup>150</sup>. Para el amigo íntimo de Ginsberg, William S. Burroughs, quien, además de definirse como «delincuente» también recibía un subsidio de parte de sus padres, el trabajo asalariado nunca fue una opción seria. Cuando el *Paris Review* le preguntó — en su edición del otoño de 1965— por qué había empezado a consumir drogas, Burroughs respondió con ironía: «Bueno, estaba aburrido. No tenía mucho interés en convertirme en un ejecutivo publicitario exitoso o lo que fuera».

También fue en esta época, a mediados de la década de 1960, cuando Wilhelm Reich se hizo famoso póstumamente. Fue ampliamente reconocido como icono contracultural, y uno de sus muchos admiradores fue precisamente Burroughs, quien adquirió numerosos acumuladores de orgón. En una carta de 1949 a Kerouac, Burroughs explicó sus exitosos experimentos en la caja de orgón, y escribió: «El hombre no estaba loco, era un jodido genio»<sup>151</sup>.

El mensaje distintivamente antiautoritario de Reich sobre la emancipación sexual y el cambio social tocó la fibra sensible de muchos en los últimos años de la década de 1960, cuando las manifestaciones estudiantiles se extendieron por todo el mundo. Su crítica a la autoridad, al paternalismo y a la estructura de la familia se generalizó. Las visiones utópicas expresadas por los Beats fueron escuchadas por las multitudes rebeldes. Y en las calles de París, los manifestantes escribían eslóganes contra el trabajo: «desplazarse, trabajar, desplazarse, dormir...», «Todos acabarán muriendo de comodidad» y «Nunca trabajaremos». En *The Revolution of Everyday Life*, el situacionista Raoul Vaneigem, figura central de la Revolución de 1968, lanzó un ataque contra la

vida conformista, estructurada alrededor del trabajo y el ocio, dos actividades que comparó a «las hojas gemelas de la cizalla castradora»<sup>152</sup>. Después de la revolución, imaginó, los huelguistas exigirían una semana laboral de diez horas, dejarían de hacer piquetes y comenzarían a hacer el amor en fábricas y oficinas.

Sin embargo, por supuesto, eso no es lo que realmente pasó. Es cierto que a los gurús autoproclamados como Tim Ferriss les gustaba hablar de semanas laborales de cuatro horas y otros delirios empresariales, pero era difícil tomar en serio afirmaciones de este tipo en una época en que el estadounidense medio trabajaba más de cuarenta horas a la semana. ¿Cómo podríamos explicar esta evolución? En los años posteriores a la Revolución de 1968, las personas siguieron expresando su descontento en el trabajo. Las huelgas masivas en Francia y otros lugares obligaron a los empleadores a responder a las críticas. Su estrategia inicial fue negociar mejores salarios y mejores condiciones de seguridad laboral con los sindicatos, pero este método resultó inútil.

En la segunda mitad de la década de 1970 algunos empleadores cambiaron de táctica. Si a todas estas personas les importaban la libertad, la autonomía y la autenticidad, ¿por qué no dárselas? O, más bien, ¿por qué no proclamar que ya estaban disfrutando de todo eso?

Esto se convirtió en el comienzo de lo que los teóricos franceses Luc Boltanski y Ève Chiapello llamaron un nuevo espíritu del capitalismo<sup>153</sup>. Palabras como «solidaridad», «igualdad» y «seguridad» se consideraron obsoletas. El Estado se convirtió en un objeto de sospecha. Y las instituciones burocráticas y las estructuras de trabajo fordistas se convirtieron en sinónimo de represión de la individualidad.

Las corporaciones más creativas adoptaron rápidamente un lenguaje completamente nuevo para canalizar las nuevas corrientes. Los miembros de la junta directiva y los directores generales hablarían de autonomía, creatividad, empoderamiento, liberación y redes. Las consignas antiobreras desaparecieron de los muros de las ciudades para reaparecer, sin embargo, en los informes anuales de las corporaciones.

A principios de la década de 1970, en Estados Unidos, los gurús de los negocios llegaron a las mismas conclusiones. Muchos jóvenes, especialmente

aquellos que sentían un fuerte deseo de expresar su autenticidad, miraban con recelo a las corporaciones, lo que suponía un problema para los ejecutivos. Sabían que, si bien esta generación más joven podía plantear desafíos a corto plazo, también representaba una oportunidad de oro a largo plazo. Las empresas tenían mucho que ganar atrayendo a bordo a la nueva y creativa generación. En 1970, aparecieron dos artículos en el *Harvard Business Review*, cuyo propósito fue alimentar esta idea. El primero de ellos, escrito por Joe Kelly, hablaba sobre «tiempos turbulentos» y los desafíos que estos representaban para las empresas. El segundo texto, titulado «An Anatomy of Activism for Executives», escrito por Samuel A. Culbert y James M. Elden, fue mucho más allá. Describió, en primer lugar, la invasión estadounidense de Camboya y las protestas estudiantiles posteriores en la UCLA y en la Universidad Estatal de Kent, protestas en las cuales la policía disparó y mató a cuatro estudiantes.

Ambos artículos sugirieron que ya había llegado el momento de dejar de barrer los conflictos debajo de la alfombra y pasar a usarlos de manera productiva. «Los viejos conceptos sobre las relaciones humanas, incluida la noción de que el conflicto en sí es dañino y debe evitarse a toda costa, ya no encajan con los hechos», escribió Kelly. «De hecho, el nuevo enfoque se basa en que el conflicto, si se maneja adecuadamente, puede conducir a ajustes más efectivos y apropiados»<sup>154</sup>. Los jóvenes tenían que entablar un diálogo, puesto que en unos años ingresarían en las corporaciones como compañeros de la anterior generación. Y, aún más importante, la Administración necesitaba nuevos conocimientos e ideas, y eso era precisamente lo que la generación más joven poseía. Culbert y Elden insistieron en este punto clave. «Si los ejecutivos solo logran abrir los ojos y darse cuenta de lo que subyace a eslóganes como “revolución” y “liberación”, podrían salir beneficiados, en lugar de simplemente enfrentarse a la motivación de una juventud culta»<sup>155</sup>.

Es fascinante leer estas palabras ahora, casi cincuenta años después de que se escribieran por primera vez. Hoy nos damos cuenta de que numerosas empresas sí siguieron el consejo, presumiendo con éxito de los lemas de revolución y liberación a través de su cultura corporativa. Sin embargo, cuando observamos más de cerca estos lugares de trabajo, caemos en la cuenta de que incluso los lemas pueden utilizarse para extender el horario laboral y

difuminar el límite entre la vida personal y el trabajo.

### *La letra pequeña de la autenticidad*

La crítica al horario laboral 9:00-17:00 continuó incluso después de la generación Beat y los *hippies*. Sin embargo, cuando Dolly Parton lanzó su éxito *9 to 5* en 1980, esta modalidad horaria de trabajo se iba ya desvaneciendo. Ronald Reagan estaba a punto de asumir el cargo y su contraparte en el Reino Unido, Margaret Thatcher, ya llevaba más de un año en el cargo. Reagan y Thatcher estaban a punto de encabezar la revolución neoliberal. Para este fin, Reagan usó una estrategia política osada. Por un lado, atrajo a personas «dirigidas internamente» que, a pesar de tener ocasionales sentimientos izquierdistas, se mantuvieron en la línea de que la expresión de la individualidad era más apremiante que la desigualdad social; de esta forma, Reagan pudo seguir adelante fácilmente y acorrallar al Gobierno, creando un entorno de vulnerabilidad para muchas personas. En 1981, después de que 13.000 controladores aéreos se declararan en huelga para exigir mejores condiciones laborales, Reagan respondió con la fuerza, despidiendo a casi todos. Durante su cargo, Reagan también intentó reducir el salario mínimo para los jóvenes y fomentó la contratación temporal por parte de las agencias federales.

Políticos de todo tipo siguieron su ejemplo, legitimando sus iniciativas bajo el eufemismo de «flexibilidad laboral del mercado». Pronto, millones de personas se verían arrojadas al precariado, de forma que en lugar de mantener trabajos a largo plazo, estables, con horarios fijos, pasaron a tener que depender de trabajos ocasionales, contratos a corto plazo, horarios fluctuantes, salarios impredecibles y poca perspectiva de carrera<sup>156</sup>.

Lo que la flexibilidad laboral del mercado realmente implica, argumenta Guy Standing en su libro *El precariado*, es que «los riesgos y la inseguridad se transfieren a los trabajadores y a sus familias», culminando en la creación de un “precariado global” que afecta a millones de personas en todo el mundo, personas que no poseen ancla de estabilidad alguna»<sup>157</sup>.

Al no tener ingresos estables durante períodos prolongados, brincando constantemente de un contrato temporal a otro, reemplazando un trabajo por

otro, el precariado vive, sostiene Standing, en un estado de ansiedad constante: «Inseguridad crónica junto con la sensación de tambalearse en el límite, sabiendo que un error o la mala suerte pueden inclinar la balanza, pasando de una dignidad modesta a ser un vagabundo»<sup>158</sup>.

Las innovaciones tecnológicas de las últimas dos décadas han permitido que muchas personas trabajen en todos los lugares y en todo momento. A medida que los gurús de la gestión se despiden del equilibrio entre la vida y el trabajo para abarcar, en cambio, lo que ellos llaman integración vida-trabajo, los nichos improductivos de la vida se encuentran, cada vez más, bajo amenaza. En *24/7: capitalismo tardío y el fin del sueño*<sup>159</sup> Jonathan Crary sostiene que el capitalismo busca ahora colonizar la vida de las personas en todo momento, incluso cuando duermen. En Estados Unidos, afirma, la persona promedio ha pasado de dormir diez horas —a principios del siglo XX—, a ocho horas en la década de 1950, a seis horas y media en la actualidad. Como argumenta Crary, ahora se espera que estemos encendidos a todas horas, sin interrupción. De acuerdo con esta lógica, el sueño se convierte en una barrera para el capitalismo 24/7. Hoy en día el sueño también se ve amenazado por la subordinación a la lógica de la productividad.

El hecho de que en muchas profesiones la línea entre la vida y el trabajo haya ya desaparecido no es ninguna novedad. Lo que quizás sea más digno de atención, y más preocupante, es que algunos trabajadores no pueden desconectarse nunca, puesto que son improductivos mientras duermen. Hace unos años, un trabajador de las tecnologías de la información escribió un ensayo sobre la imposibilidad de poder desconectarse. Él no solo soñaba con el trabajo, al igual que mucha gente, sino que se encontró realmente trabajando, resolviendo problemas, mientras dormía. La tragedia, explicó, fue llegar al punto de no poder concebir nada que se saliera del trabajo, excepto las raras ocasiones en las que enfermó<sup>160</sup>. Esto es más común de lo que pensábamos anteriormente. Según una reciente encuesta sobre trabajadores móviles, el 38% de los encuestados afirma despertarse en algún momento de la noche para revisar el correo electrónico.

Esta es la condición de una sociedad que Byung-Chul Han llama *sociedad de los logros*, que «lentamente se está convirtiendo en una sociedad de dopaje»<sup>161</sup>. Cuando cada momento se traduce en una oportunidad para hacerse

más productivo o efectivo, entonces no hay sitio para los momentos improductivos que se salgan de la acumulación capitalista. Esta obsesión por el logro y la actividad «genera cansancio y agotamiento». Peor aún, es un cansancio solitario, Han continúa, «una sensación de separación y aislamiento»<sup>162</sup>. Hemos cerrado el círculo. El cansancio y el agotamiento que Bukowski experimentó en su trabajo diario han reaparecido. Esta vez, sin embargo, el agotamiento no proviene del trabajo, sino de nuestras inversiones en el trabajo. Bukowski lo vio venir cuando dijo, como se cita en el epígrafe anterior, «aprendí que no era suficiente con hacer tu trabajo, sino que además tienes que mostrar interés por él, una pasión incluso».

Más que para cumplir con el contrato, ahora se presiona a los empleados para que piensen en el trabajo como una oportunidad para descubrir su verdadero espíritu. Sin embargo, cuando el trabajo se transforma en una búsqueda abstracta de la felicidad, los empleados se quedan preguntándose dónde está el límite.

### *La violencia de la precariedad*

En 1930, el filósofo británico Bertrand Russell observó que el trabajo puede ser más o menos emocionante, pudiendo ser «un mero alivio del tedio o la delicia más profunda»<sup>163</sup>. Si bien el trabajo suele ser aburrido, tiene la ventaja de liberar a las personas de la carga existencial de tener que tomar decisiones de forma proactiva. Cuando nos dedicamos al trabajo no tenemos que preocuparnos acerca de cómo emplear mejor nuestro tiempo libre. En resumen, el trabajo es una «precaución contra el aburrimiento»<sup>164</sup>.

Hoy día, sin embargo, el trabajo rara vez se describe como una manera para evitar el aburrimiento. En cambio, se ha convertido en el camino obligatorio hacia la felicidad. En un lugar como Zappos, la felicidad no es un efecto secundario afortunado del trabajo que realiza la empresa, sino la esencia de su filosofía. Felicidad es lo que ofrece a sus clientes, en forma de una caja de zapatos. Y es lo que ofrece a los empleados, después de que hayan invertido emocionalmente en la empresa. Quiere que los empleados conecten y se involucren en su trabajo. No se espera que estén allí porque tienen que

hacerlo, sino porque realmente lo desean, porque «aman su trabajo».

Russell afirmó que el trabajo significativo y constructivo, el que permite a las personas ejercer una habilidad particular, puede ser una fuente de gran satisfacción. En 2015, cerca del 50% de los trabajadores estadounidenses afirmó estar satisfecho con su trabajo. A pesar de que la tendencia registrara un aumento en los últimos diez años, la mitad de la población afirmó no estar satisfecha. La diferencia observada entre la década de 1930, cuando Russell contempló la posibilidad de conquistar la felicidad a través del trabajo, y la época de capitalismo emocional que vivimos hoy en día, tal vez no resida en que ahora hay puestos de trabajo infinitamente más «interesantes» y «estimulantes»; simplemente, se espera que los trabajadores sean felices en sus puestos de trabajo, independientemente de lo penosas y perjudiciales que sean las circunstancias. Tal y como señala Miya Tokumitsu en *Do What You Love*, «la compenetración trabajo-amor también se ha filtrado en el ámbito de los trabajos con peores salarios». La autora considera el ejemplo de un anuncio publicado por una empresa de servicios de limpieza en Craigslist, que buscaba «un individuo apasionado, para limpiar casas»<sup>165</sup>. En un ensayo publicado en el *London Review of Books*, Paul Myerscough explica que los trabajadores de Pret a Manger, una cadena de comida rápida del Reino Unido, no solo tienen que aparentar ser felices y positivos. *Deben* ser felices. Como dijo un gerente de Pret: «La autenticidad a la hora de ser feliz es importante»<sup>166</sup>. El hecho de que el salario inicial esté muy poco por encima del salario mínimo en el Reino Unido, por supuesto, no tiene importancia.

En un lugar de trabajo como Zappos, donde los empleados supuestamente «aman su trabajo» y el equilibrio entre el trabajo y la vida ha sido reemplazado por la integración trabajo-vida, ya no hay necesidad de preocuparse por esas «tijeras de castración» sobre las que Raoul Vaneigem advirtió, porque las dos cuchillas, el trabajo y el ocio, se han fundido adecuadamente en una sola. No obstante, cuando nada parece existir más allá del trabajo, «hacer lo que amas» puede convertirse fácilmente en una pesadilla. Un estudio de 2015 revela que, aunque muchos funcionarios afirmen estar contentos con su trabajo, también dicen sentirse agotados. Como señala Tokomitsu: «Mantras como “Haz lo que amas” y “Sigue tu felicidad” a menudo encubren una ideología despiadada de producción y consumo ininterrumpidos

originados en la comodidad acogedora del autocuidado y el placer»<sup>167</sup>. Cuando la felicidad ya no es una posibilidad, sino una necesidad, los empleados no solo han de informar sobre su felicidad, sino que también han de expresar su felicidad de una manera sincera. «Por suerte para los empleadores —continúa Tokomitsu—, la cultura popular de la felicidad insistentemente codificada mediante el DWYL [*Do What You Love*, es decir, haz lo que amas] funciona para que los trabajadores proyecten exterior e insistentemente la inmensa emoción que les provoca trabajar»<sup>168</sup>.

A medida que la línea entre el trabajo y el no trabajo va difuminándose, se espera que más y más personas busquen la felicidad a través del trabajo; asistimos a la gestación de lo que Byung-Chul Han llama *sociedad del agotamiento*<sup>169</sup>. Después de un siglo de disminución constante de la cantidad de horas de trabajo —de 3.000 en 1870 a 1.887 en 1973—, esta tendencia se ha invertido de forma abrupta. Desde 1973 hasta 2006, al trabajador estadounidense promedio se le agregaron 180 horas adicionales a su horario de trabajo anual, mientras que los salarios se mantuvieron constantes<sup>170</sup>.

Si bien el exceso de trabajo se ha normalizado en muchos lugares, algunas empresas han dado un paso más para jactarse de ello. «Se puede trabajar mucho, duro o inteligentemente, pero en Amazon.com no se puede elegir», escribió el CEO Jeff Bezos en una carta a sus accionistas. Un informe del *New York Times* informó sobre la cultura de trabajo inhumana de Amazon. Uno de sus antiguos vendedores, que desde entonces dejó la compañía, explicó que «la imagen típica era ver a la gente llorar en la oficina»<sup>171</sup>.

A pesar de que Amazon adquiriera Zappos en 2009, no hizo de la felicidad su mensaje crucial. Si bien existen grandes diferencias entre las culturas de estas empresas, es fácil percatarse de que Amazon también se inspira en la versión de los setenta del movimiento del potencial humano, cuando este adquiriría una forma más corporativa. Entre sus «reglas» clave encontramos una que nos suena, a saber, «los empleados deben mostrar su responsabilidad (n<sup>o</sup> 2) o dominio en cada elemento de sus negocios, y “sumergirse en las profundidades”»<sup>172</sup>.

La frase «tomar posesión de tu propia vida», tal y como se diseñó originalmente en los comienzos de Esalen, se ha convertido ahora en un eslogan de uso común en muchas corporaciones. En un informe del *New York*

*Times*, se describe Amazon como «más severa y menos tolerante» en comparación con la mayoría de corporaciones; considera que la armonía está «sobrevalorada» y se fomenta una atmósfera de «crítica honesta». Según la regla número 13, los Amazónicos han de «estar en desacuerdo y comprometerse», «arañando las ideas de los compañeros con comentarios que pueden ser contundentes hasta el punto de ser dolorosos, antes de alinearse detrás de una decisión».

Esta es una versión moderna de la silla caliente de Perls, en la que todos los empleados tienen que sentarse para enfrentarse a sus temores y ser partícipes de una autocrítica honesta. Necesitan compartir sus pensamientos e ideas sin censurarse a sí mismos. Pero hay una diferencia crucial. Los trabajadores de Amazon no participan en estas actividades para liberarse de las figuras de autoridad y encontrar su verdadero yo interior. Se involucran en estas actividades para demostrar su desempeño. Se les monitorea y evalúa constantemente, y a los que ocupan los eslabones más bajos, se les echa de la empresa. Como dijo un empleado, «todo el mundo quiere superar a los demás»<sup>173</sup>. Aquí es donde la lógica del capitalismo fundamentalista confluye con las técnicas del movimiento del potencial humano.

Como señala el filósofo italiano Franco «Bifo» Berardi, en la era del absolutismo capitalista, «todas nuestras energías colectivas se canalizan hacia un único objetivo: luchar contra todos los demás para sobrevivir»<sup>174</sup>.

En Amazon, los empleados suelen establecer «pactos tácitos» para «enterrar a la misma persona». Una empleada —cuyo trabajo fue evaluado positivamente durante años— se vio obligada a dedicarse al cuidado de su padre, que enfermó repentinamente. Poco después, se le informó de que se había convertido en «un problema». La despidieron, al igual que todos los empleados que no alcanzaron los objetivos de rendimiento. Un ejecutivo de recursos humanos describió el caso como un ejemplo de «darwinismo intencional». Esta filosofía no se aleja mucho de la idea de Werner Erhard según la cual no hay víctimas. En Amazon, aquellos que «padecieron cáncer, abortos involuntarios y otras crisis personales» fueron «superados» rápidamente<sup>175</sup>. Esta es la conclusión lógica de la noción de Erhard de que somos responsables de todo lo que sucede en nuestras vidas: atracos, accidentes de coche, de que nos envíen a un campo de concentración o nos

detecten un cáncer.

Bifo sostiene que cuando todos compiten surge un nuevo tipo de mentalidad. Los trabajadores se sienten solos «ante el chantaje del mérito, la humillación del fracaso, la amenaza de ser despedidos». Las relaciones sociales se rompen. Todos se sienten culpables. Se culpan mutuamente por la «incapacidad mutua de ayudarse, de construir solidaridad»<sup>176</sup>.

En esto se ha convertido hoy la ilusión de felicidad. El trabajo no choca con la felicidad, como en el caso de la generación Beat. Tampoco es una avenida hacia la felicidad, como en el caso de Russell. No, la felicidad es una obligación que los trabajadores necesitan expresar y experimentar, incluso en lugares y situaciones donde la felicidad parece ser remota. La ilusión de felicidad no se basa en la fantasía que los trabajadores alimentan para alcanzar una vida laboral más rica e interesante; pertenece al gerente, y se basa en su capacidad de poder hacer lo que quiere con los empleados. Es una ilusión que se resume mejor en el lema de Trump: «¡Estás despedido!».

Como argumentaré en el próximo capítulo, asistimos a una transformación análogamente extraña en relación con las drogas. Si en la década de los sesenta las drogas se usaron para evadirse del anodino y aburrido mundo de las instituciones y las demandas profesionales, ahora se envasan para que lleguemos a ser más productivos y creativos, en resumen, para que nos adaptemos mejor al mundo del trabajo.

---

<sup>134</sup> Charles Bukowski, *Factotum* (Boston: Black Sparrow Press, 1975), p. 7.

<sup>135</sup> Tony Hsieh, *Delivering Happiness: A Path to Profits, Passion and Purposes* (New York: Grand Central Publishing, 2010; eBook sin encuadernar).

<sup>136</sup> Peter Waldman, «Motivate or Alienate? Firms Hire Gurus to Change Their “Cultures”», *Wall Street Journal*, 24 July 1987.

<sup>137</sup> Frank Rose, «A New Age for Business?», *Fortune*, 8 October 1990.

<sup>138</sup> Rose, «A New Age for Business?».

<sup>139</sup> Rose, «A New Age for Business?».

<sup>140</sup> Gurnek Bains with Kylie Bains, *Meaning Inc.* (London: Profile Books, 2007), p. 129.

- <sup>141</sup> Rose, «A New Age for Business?».
- <sup>142</sup> Snider, «est, Werner Erhard, and the Corporatization of Self-Help».
- <sup>143</sup> Landmark Forum, website: <http://www.landmarkworldwide.com/the-landmark-forum>.
- <sup>144</sup> Susannah Butter, «Spiritual Capitalism? Global Fitness Brand lululemon Comes to London», *Evening Standard*, 2 April 2014.
- <sup>145</sup> Gideon Kunda, *Engineering Culture: Control and Commitment in a High-Tech Corporation* (Philadelphia: Temple University Press, 1992), p. 11.
- <sup>146</sup> Peter Fleming *Authenticity and the Cultural Politics of Work: New Forms of Informal Control* (Oxford: Oxford University Press, 2009).
- <sup>147</sup> David Gelles, «At Zappos, Pushing Shoes and a Vision», *New York Times*, 17 July 2015.
- <sup>148</sup> Hsieh, *Delivering Happiness*.
- <sup>149</sup> Letter of 12 August 1986: <http://www.lettersofnote.com/2012/10/people-simply-empty-out.html>.
- <sup>150</sup> Jay Stevens, *Storming Heaven: LSD and the American Dream* (New York: Grove Press), p. 110.
- <sup>151</sup> Oliver Harris, ed., *The Letters of William S. Burroughs, 1945-1959* (London: Penguin, 1993), p. 51.
- <sup>152</sup> Raoul Vaneigem, *The Revolution of Everyday Life* (Oakland, CA: PM Books, 1967/2012), p. 40.
- <sup>153</sup> Luc Boltanski y Ève Chiapello, *The New Spirit of Capitalism* (London: Verso, 2005).
- <sup>154</sup> Joe Kelly, «Make Conflict Work for You», *Harvard Business Review*, July-August 1970, p. 103.
- <sup>155</sup> Samuel Culbert y James M. Elden, «An Anatomy of Activism for Executives», *Harvard Business Review*, November—December 1970, p. 132.
- <sup>156</sup> Andrew Ross, *Nice Work If You Can Get It: Life and Labor in Precarious Times* (New York: New York University Press, 2010).
- <sup>157</sup> Guy Standing, *The Precariat: The New Dangerous Class* (London: Bloomsbury, 2011), p. 1.
- <sup>158</sup> Standing, *The Precariat*, p. 23.
- <sup>159</sup> Jonathan Crary, *24/7: Capitalism and the Ends of Sleep* (London: Verso, 2013).
- <sup>160</sup> Rob Lucas, «Dreaming in Code», *New Left Review* 62, 2010, pp. 125-132.
- <sup>161</sup> Byung-Chul Han, *The Burnout Society* (Stanford: Stanford University Press, 2015), p. 30.

[162](#) Han, *The Burnout Society*, p. 31.

[163](#) Bertrand Russell, *The Conquest of Happiness* (London: Routledge, 1930/2006), p. 146.

[164](#) Russell, *The Conquest of Happiness*, p. 147.

[165](#) Miya Tokomitsu, *Do What You Love: And Other Lies About Success and Happiness* (New York: Regan Arts, 2015), p. 6.

[166](#) Myerscough, «Short Cuts».

[167](#) Tokomitsu, *Do What You Love*, p. 148.

[168](#) Tokomitsu, *Do What You Love*, p. 75.

[169](#) Han, *The Burnout Society*.

[170](#) Juliet Schor, «Work Less, Live More», *Yes*, 2 September 2011.

[171](#) Jodi Kantor y David Streitfeld, «Inside Amazon: Wrestling Big Ideas in a Bruising Company», *New York Times*, 15 August 2015.

[172](#) Kantor and Streitfeld, «Inside Amazon».

[173](#) Kantor and Streitfeld, «Inside Amazon».

[174](#) Franco 'Bifo' Berardi, *Heroes: Mass Murder and Suicide* (London: Verso, 2015; Kindle edn), loc. 336.

[175](#) Kantor y Streitfeld «Inside Amazon».

[176](#) Berardi, *Heroes*, loc. 2142.

## 4. UN COLOCÓN DE FELICIDAD

Para penetrar en el infierno o tener un vuelo angélico, simplemente tome una pizca de psicodélico.

Humphrey Osmond

### *Sintonizar, encender, desconectar*

En una entrevista de 1966 para la CBC, Leonard Cohen explicó que, en su opinión, la felicidad y las drogas no son en absoluto incompatibles. «Todo continúa, o se detiene», comenzó, un tanto esquivo, con esa voz oscura y característica. «Quiero decir, sabes cuándo eres feliz. Se ha hablado mucho sobre la mecánica de la felicidad: psiquiatría y píldoras, pensamiento positivo e ideología. Pero realmente creo que el mecanismo está ahí, todo lo que tienes que hacer es quedarte quieto por un momento o dos y sabes dónde estás»<sup>177</sup>.

«Y para saber dónde estás», le preguntó el entrevistador, «¿necesitas ayudarte con drogas, licor o algo así?».

«Bueno, no es una cuestión de ayuda», respondió Cohen, «pero puedes cooperar con la visión que el alcohol te brinda; puedes cooperar con la visión que el LSD te brinda. Todas esas cosas solo son material extraído de las plantas, y están ahí para nosotros, y creo que deberíamos usarlas».

Casi tres décadas antes, en 1938, mientras trabajaba en el Laboratorio Farmacéutico de Sandoz, en Suiza, el químico Albert Hofmann avanzó inesperadamente en su investigación. Estaba creando compuestos similares a los alcaloides, que se pensaba tendrían efectos positivos sobre el útero; el vigésimo quinto compuesto, denominado LSD-25, sí resultó tener «fuertes efectos constrictores uterinos»<sup>178</sup>.

El compuesto fue puesto a un lado. Cinco años más tarde, en 1943, Hofmann decidió sintetizarlo de nuevo. Por accidente, ingirió una cantidad infinitesimal. Aun así, esa cantidad fue suficiente para hacerle experimentar efectos leves pero extraños. A la semana siguiente, decidió realizar un

experimento controlado empleando lo que creía que sería «una cantidad ridículamente segura de la sustancia: 250 microgramos». Esta vez, la sensación fue más que leve, se «embriagó extrañamente», su percepción del tiempo se distorsionó, colores y formas fantásticos comenzaron a aparecer delante de sus ojos<sup>179</sup>. Hoffman había descubierto una molécula peligrosamente poderosa. Había tenido el primer viaje por LSD del mundo.

Unos años más tarde, a principios de la década de 1950, la CIA se interesó por la droga. El rumor fue que la Unión Soviética había almacenado cantidades masivas de LSD con la intención de usarlo como arma de guerra<sup>180</sup>. Aunque el rumor resultó ser falso, la CIA tenía interés en explorar los posibles usos de la droga, tanto que comenzó a financiar una serie de experimentos e investigaciones en universidades estadounidenses.

Mientras tanto, en 1953, el novelista Aldous Huxley se hizo amigo del psiquiatra Humphrey Osmond, quien, en ese momento, trabajaba en un hospital psiquiátrico canadiense explorando el posible uso de la mescalina en el tratamiento de la esquizofrenia<sup>181</sup>. Antes de conocerse, Huxley y Osmond habían empezado una correspondencia escrita, y fue en un intercambio epistolar entre los dos cuando la palabra «psicodélico» se acuñó por primera vez, refiriéndose a las drogas que alteran el estado mental. «Para hacer que este mundo trivial parezca sublime, toma medio gramo de *phanerothyme*», escribió Huxley. Y Osmond respondió: «Para penetrar en el infierno o tener un vuelo angélico, simplemente tome una pizca de psicodélico»<sup>182</sup>.

Poco después, en mayo de ese año, Osmond viajó a California para ver a Huxley. Le había traído una dosis de mescalina, que Huxley, bajo la supervisión de su esposa y Osmond, ingirió. Huxley registró el viaje durante las siguientes ocho horas. Bajo el efecto de la sustancia, mientras paseaba en el jardín, anotó: «Mi cuerpo parecía haberse dissociado casi por completo de mi mente». «Fue extraño —continuó— sentir que yo no era lo mismo que esos brazos y piernas allí fuera, y tampoco eran míos ese tronco y cuello, ni siquiera la cabeza». Mientras miraba a su alrededor, Huxley quedó impresionado por la belleza del jardín. Una silla se convirtió repentinamente en un objeto de intensa fascinación: «Allí las sombras caían sobre el lienzo tapizado, los matices del índigo, profundo pero brillante, se alternaban a colores de una incandescencia tan intensamente brillante que era difícil creer

que podían estar hechos de cualquier cosa que no fuera fuego azul»<sup>183</sup>. El resultado de las observaciones y experiencias de Huxley, junto con una meditación más filosófica e histórica sobre el tema de la mescalina, fue su libro de 1954 *Las puertas de la percepción*, que pronto alcanzaría el estatus de *cult* entre los crecientes grupos de contraculturales y bohemios, especialmente entre aquellos interesados en los psicodélicos. Su obra llegó a inspirar el nombre de la banda de rock The Doors.

El LSD encajaba a la perfección con la cultura de la época. Como observa Carl Elliott: «las drogas psicodélicas, al igual que el sexo y la vida en comunidad, no se consideraron como meras expresiones del hedonismo, sino como el deseo de entrar en contacto con modos de vida más auténticos»<sup>184</sup>.

Como era de esperar, Esalen, con su promesa de ofrecer autenticidad, se convirtió en el centro del movimiento psicodélico. Desde sus comienzos, los visitantes de Esalen pudieron asistir a cursos que incluían «drogas que abren la mente». El título de uno de los primeros seminarios impartidos en 1962 fue «misticismo inducido por fármacos». El curso se mantuvo activo durante varios años y se convirtió en uno de los más populares del instituto. La bibliografía incluía la lectura de *Las puertas de la percepción* de Huxley y *Cosmología gozosa*, texto que narra las experiencias de Alan Watts con el LSD.

Watts, que había estado en Esalen desde el principio, inicialmente se mostró reacio a probar el LSD. El entusiasmo que los autores de la generación Beat demostraron por la marihuana, el peyote y otras sustancias que alteran la mente no le convenció. No creía que las drogas fueran «la antesala de la experiencia religiosa»<sup>185</sup>. Pero cuando Watts finalmente probó el LSD, impulsado por el propio Huxley, tuvo una experiencia tan profunda que decidió escribir un libro sobre el tema.

En las primeras páginas de *Cosmología gozosa*, publicado en 1962, Watts propuso afirmaciones útiles para nivelar la feroz crítica lanzada en contra de la insistencia —por parte de muchos filósofos— de separar la mente del cuerpo, afirmando que esta dualidad cambió al hombre, convirtiéndole de «organismo autocontrolado a autofrustrado»<sup>186</sup>. El misticismo oriental, por el contrario, rechazaba la separación entre lo material y lo espiritual; Watts deseaba llevar esa idea a la cultura occidental. Una forma de lograrlo era

mediante el uso de sustancias psicodélicas: experimentó con LSD, mescalina y psilocibina. Al tomar las sustancias, pudo sentir cómo los límites entre la mente y la materia desaparecían: «El mundo está a la vez dentro de mi cabeza y fuera de ella»<sup>187</sup>. Al igual que Huxley, experimentó un nuevo sentido de la percepción y cuidadosamente señaló que lo que vio no fueron alucinaciones, sino simplemente otra forma de ver las cosas. «El paisaje que estoy mirando», observó durante uno de sus viajes, «también es un estado de mí mismo, de las neuronas en mi cabeza. Siento la roca en mi mano, la toco con mis propios dedos. Y nada es más extraño que mi propio cuerpo: la sensación del pulso, el ojo visto a través de una lupa en el espejo, el *shock* de darse cuenta de que uno mismo es algo en el mundo exterior»<sup>188</sup>.

Al igual que Leonard Cohen, quien sugirió que el LSD podría cooperar con la felicidad, Watts argumentó que, «aunque estas drogas no repartan sabiduría, proporcionan la materia prima de la sabiduría». Pueden ayudar a darse cuenta de la verdadera naturaleza de la alegría.

Timothy Leary y Richard Alpert, dos figuras icónicas que predicaron el evangelio del LSD y sus efectos positivos, respaldaron el libro de Watts calificándolo como «la mejor declaración sobre el tema del misticismo en la era espacial»<sup>189</sup>. En su prólogo, Leary y Alpert lo describieron como una potente crítica a «la política del sistema nervioso», un tipo de política que involucra «la mente contra el cerebro, el cerebro verbal tiránico que se desacopla del organismo y del mundo del que forma parte, censurando, alertando, evaluando». Afirmaron que la política del sistema nervioso es un dispositivo de control mental. Su función es regular y censurar la forma en que las personas piensan y se comportan. Y el LSD, pensaron, es el instrumento que puede usarse en contra de tal sistema, generando una clara sensación de libertad: «libertad de la mente educada y cultural», «libertad para expandir la conciencia más allá de los conocimientos culturales y artefactos; libertad de pasar de la preocupación constante por los juegos verbales —los juegos sociales, el juego en sí mismo— a la unidad gozosa de lo que existe más allá»<sup>190</sup>.

A principios de la década de 1960, dos jóvenes psicólogos del Centro de Investigación de Harvard sobre la Personalidad, Leary y Alpert, idearon una serie de experimentos con drogas psicodélicas, centrándose en la psilocibina,

synthesized from the mescaline. Both Leary and Alpert were dismissed from the University, and founded their own organization, the International Foundation for Inner Freedom. «Deje Harvard en 1963 — escribió Leary más tarde—, abandoné el papel del científico convencional, del académico, y me convertí, sin saberlo, en un chamán y en un agente de cambio activista»<sup>191</sup>. Tanto Leary como Alpert se convirtieron en figuras destacadas de las contraculturas de los años sesenta, y Leary fue ampliamente reconocido como líder del movimiento psicodélico.

Leary había llegado a creer —al igual que muchos otros— que las drogas psicodélicas no solo eran una forma para explorar nuevas dimensiones del yo y su relación íntima con el mundo material, como había propuesto Huxley. También había una dimensión social y política, afirmaba Leary, y el LSD podía usarse como arma contra un mundo opresivo. Como tal, las sustancias psicodélicas no solo eran un problema químico, sino también político. Prometían una revolución. Como expresa Walter Truett Anderson en su libro de 1983, *The Upstart Spring*, existía la creencia de que «las drogas psicodélicas pondrían la experiencia religiosa trascendental al alcance de todos, derrocarían la vieja conciencia —que es la fuente de toda opresión— y cambiarían rápidamente el mundo»<sup>192</sup>.

Leary reconoció abiertamente su deuda intelectual con Huxley, definiendo *Las puertas de la percepción* como una gran fuente de inspiración. Con la esperanza de obtener su apoyo, Leary fue a verle en 1962. Pero a Huxley no le causó gran impresión. En una carta a Osmond, Huxley escribió acerca de Leary: «Solo me habló de tonterías»<sup>193</sup>.

Sin embargo, las reservas de Huxley tendrían poco efecto en la popularidad de Leary. Como apunta Adam Smith en su libro de 1975, *Los poderes de la mente*, «Leary pensó estar a punto de liderar una revolución»<sup>194</sup>. Fuera una revolución o no, Leary estuvo a la vanguardia, y en 1967 hizo una aparición histórica en el Golden Gate Park, donde se dirigió a decenas de miles de personas. Se habían reunido para una protesta pacífica masiva, impulsada por una nueva ley californiana que prohibió el LSD. En su discurso Leary pronunció un eslogan inolvidable, que llegó a identificar la tendencia. «Sintoniza, enciende, desconecta», declaró. Aunque fue Marshall McLuhan quien acuñó la frase, se alegró de que Leary la usara. Para Leary, las drogas

no permitían simplemente colocarse y viajar por el cosmos interior. Podían emplearse como parte de la gran aspiración de abandonar la sociedad: «Quiero decir —dijo en su discurso—, abandonar la escuela secundaria, abandonar la universidad, abandonar la escuela de posgrado».

Desde su gestación accidental en un laboratorio suizo a principios de la década de 1940, el LSD se convirtió en el símbolo fundamental para una generación que no solo quería alterar las anticuadas mentalidades autofrustradas, sino derrocar al viejo mundo. La droga se convirtió en un símbolo de la revolución con la que soñaron, de una vida de felicidad auténtica, más allá del control social ejercido por las instituciones, más allá de las figuras de autoridad patriarcal, y más allá de la autocensura, la represión y la renuncia. Era la ilusión de felicidad basada en el sueño de felicidad natural y sexual de Reich, aunque proporcionada en forma de sustancia, una sustancia diseñada para matar al «hombrecillo», vencer al superego castigador y liberar al individuo.

Pero, como veremos, no solo se trató de pregones pronunciados por rebeldes libertarios como Leary. Las compañías farmacéuticas y los psiquiatras comenzaron a lanzar campañas en defensa del consumo de productos químicos, útiles en la búsqueda de la felicidad —o en la guerra contra la infelicidad—.

### *El juicio contra las drogas*

Al igual que Huxley, el psiquiatra húngaro Thomas Szasz no quedó impresionado por Timothy Leary. Unos años antes de su muerte, en *Coercion as Cure*, Szasz describió a Leary como un «psicólogo caduco y católico», que «predicó un mensaje narcisista, nihilista y patético, dirigido a los jóvenes que se enfrentan a la tarea de madurar y unirse al mundo de la adultez responsable»<sup>195</sup>.

A pesar de que Szasz opinara que los adultos deben de ser libres de consumir drogas si así lo desean, al contrario de Leary no veía en los consumidores el potencial de provocar una revolución. Además, Szasz suscribió una noción completamente diferente de lo que significaba ser humano, y no atribuyó a la química el mismo potencial que Leary le asignó;

Leary apuntó que había que liberar la mente humana de las convenciones de la sociedad, y que los químicos podían emplearse para alcanzar la meta. De hecho, Leary creía que «el hombre no sabía cómo usar la cabeza, que la mente normal, estática y repetitiva, era en sí la fuente de la “enfermedad”, que la tarea consistía en descubrir la neuroquímica para cambiar la mente», y que el LSD «podía ser *la* droga»<sup>196</sup>.

Para Szasz, sin embargo, el problema no consistía en que las personas estuvieran atrapadas dentro de su «mente normal» y tuvieran que ser liberadas mediante el uso del LSD. Le preocupaba el hecho de que las ciencias médicas patologizaran la mente normal. Psicodélicos o sedantes, Szasz no vio el potencial liberador de estos medicamentos.

En 1963, el mismo año en que Leary fue despedido de Harvard, Szasz acuñó el término «estado terapéutico». La frase estaba destinada a denotar lo que él consideraba «la unión política entre la medicina y el Estado», entorno en el que los médicos jugarían el mismo tipo de papel ambiguo y doble que los sacerdotes desempeñaron cuando la iglesia y el Estado estuvieron unidos<sup>197</sup>. Szasz solo fue uno de los representantes del emergente grupo de críticos —a veces perezosa y superficialmente tachados de antipsiquiatras— que trataron de llamar la atención sobre el lado sociopolítico de la psiquiatría<sup>198</sup>. A pesar de que la resistencia organizada contra la psiquiatría ya existiera a finales del siglo XIX, no fue hasta la década de 1950, con la aparición de los medicamentos antipsicóticos, que la teoría y la práctica de la psiquiatría empezaron a someterse a un escrutinio crítico.

Mientras la CIA financiaba la experimentación con LSD en las universidades, con el fin de aprender más sobre el uso potencial de esta droga para controlar la mente, críticos como Szasz estaban ocupados articulando su malestar hacia lo que identificaron como la semilla de una sociedad represiva, sociedad que enfatizó los problemas de la psiquiatría y la medicina para extender y amplificar su poder. En 1961, Szasz publicó su primer trabajo influyente, *El mito de la enfermedad mental*, en el que afirmó que la psiquiatría no es nada sino una pseudociencia, comparable con la astrología o la alquimia<sup>199</sup>. La enfermedad mental, sigue, no es para nada una enfermedad, sino un mito producido por los psiquiatras con la esperanza de ganar control sobre el comportamiento humano. Como diría más tarde: «No hay ángeles en

la confitura de cabello de ángel; del mismo modo, no hay enfermedad en la enfermedad mental»<sup>200</sup>.

Unos años antes, el psiquiatra holandés Joost Meerloo expresó preocupaciones similares. En su jeremiada de 1956, *The Rape of the Mind*, Meerloo advirtió sobre los nuevos medicamentos presentes en el mercado, desaconsejando su uso. Si bien Meerloo no mencionó medicamentos específicos, posiblemente se refiriera a la controversia sobre los nuevos antipsicóticos lanzados al mercado en esa época. Mientras trabajaba como psiquiatra en prácticas había asistido al comienzo de una campaña de propaganda: «Mi escritorio rebosa de artilugios y píldoras de colores, y me dicen que sin ellos la humanidad no puede ser feliz»<sup>201</sup>. Meerloo advirtió a sus compañeros sobre la prescripción de «sedantes y estimulantes», apuntando que, como médicos, «habría que buscar la causa profunda de las dificultades». La preocupación de Meerloo era que el triunfo de lo terapéutico implicara la creencia bastante ingenua según la cual sería posible, por muy graves que fueran las dolencias de los pacientes, restaurar rápida y fácilmente su estado de felicidad. Lo que más le preocupaba era que los médicos, como él, dejaran de buscar la raíz del sufrimiento de los pacientes para, en su lugar, tomar el camino más fácil y recetar medicamentos. Esta instrumentalización del comportamiento humano, argumentó Meerloo, tendría efectos devastadores en la libertad e independencia del individuo. Vio nacer una política invasiva cuyo objetivo sería «llevar la mente humana a la sumisión y al servilismo». Como él mismo afirmó, de manera algo directa: «Las drogas y sus equivalentes psicológicos también pueden esclavizar a las personas»<sup>202</sup>.

Curiosamente, esta campaña de propaganda se basó en el mismo vocabulario empleado por el movimiento psicodélico. Leary se autodefinió chamán y activista del cambio. Las drogas le permitieron penetrar las costumbres sociales. Le ayudaron a darse cuenta de que la felicidad no debía buscarse a través de las normas burguesas. No se lograría al formar parte de instituciones estables, ya fuera la familia, la escuela o el trabajo. Más bien, la felicidad se alcanzaría a través del aislamiento, es decir, desconectándose de todos los agentes opresivos de la sociedad organizada, esto es, liberándose.

Para Meerloo, sin embargo, todo esto era un espejismo alimentado por el mismo delirio empleado por la terapia basada en el uso de medicamentos. La

terapia estaba manipulando activamente el mito según el cual «tenemos que usar drogas milagrosas para convertirnos en agentes que actúan libremente»<sup>203</sup>.

Pero en lugar de liberar a las personas, argumentó Meerloo, estas drogas simplemente las convierten en adictos: «Las drogas y las técnicas médicas pueden emplearse para hacer del hombre un ser sumiso y conformista»<sup>204</sup>, afirmó, señalando también, de una manera algo conspirativa, que «los adictos a la química son personas débiles que pueden ser manipuladas por cualquier líder político tiránico»<sup>205</sup>.

Lo que tenemos aquí son dos teorías contradictorias sobre la relación entre las drogas y la felicidad. Por un lado, tenemos a Leary, para quien las drogas tienen el potencial de producir una nueva sensación de felicidad, basada en la autenticidad y el disfrute. Por otro, tenemos a Szasz, para quien las drogas previenen cualquier forma de felicidad auténtica. En su opinión, la noción química de felicidad es, a la vez, narcisista y nihilista.

De hecho, Szasz adoptó una postura crítica hacia el poder institucional y su control sobre las personas. Él no vio ningún poder revolucionario en el uso de productos farmacéuticos o tratamientos psiquiátricos. En lugar de liberar a las personas y capacitarlas para conectar mejor con sus emociones, las personas que tomaban medicamentos eran propensas al abuso. Probablemente les atraparían en una máquina psiquiátrica; el bucle no les haría más libres, sino cada vez más dóciles. El tipo de felicidad brindada por la medicación no se basaba en la autenticidad, sino en la falta de autenticidad. Cayendo en las drogas, las personas perdían algo de sí mismos. Se volvían dependientes, no independientes.

La crítica en contra de la red psiquiátrica se mantuvo activa durante las décadas siguientes, en varios frentes. La imagen del individuo medicado era el retrato del fracaso, de alguien que ya no era él o ella. Tal vez la imagen más llamativa (y duradera) del paciente medicalizado la encontramos en la novela de Ken Kesey, *Alguien voló sobre el nido del cuco*, de 1962. El autor describe la escena de pacientes sentados en la salita de día, «todos ellos inmersos en su propia actividad, tristes y divertidos al mismo tiempo». «Como en el mundo de los dibujos animados —escribe Kesey—, donde las figuras son planas y delineadas en negro; describen una especie de historia tonta que podría ser

realmente divertida si los dibujos animados no fueran hombres de verdad...»<sup>206</sup>; «pero luego, mientras una voz les dice que es hora de tomar la medicación, se alinean, reciben un vaso de plástico con sus medicamentos, ingieren las píldoras y ya no son reales, aunque sí perfectamente dóciles y controlables».

### *El Prozac y la promesa de autenticidad*

Y luego, en 1987, llegó el Prozac. Al igual que los medicamentos recetados a los pacientes de la sociedad distópica de Ken Kesey, el Prozac tuvo serias consecuencias. Sin embargo, en lugar de limar las esquinas y hacer a la persona más dócil y conformista, el Prozac surtió el efecto contrario: hacer que los individuos se sintieran reales. O al menos, este fue su efecto según algunos de sus usuarios.

En su *best seller* de 1993, *Escuchando al Prozac*, Peter Kramer anotó cómo una de sus pacientes, Tess, reaccionó de una manera sorprendentemente positiva al Prozac. De repente cobró vida otra vez. Nunca perdió el sentido de sí misma, pero finalmente se apoderó de su yo. «Soy yo otra vez», le había dicho a Kramer, «Soy yo misma otra vez»<sup>207</sup>. Por primera vez en su vida comenzó a salir con hombres. No solo le gustaba recibir atención, también disfrutaba del complejo juego del cortejo. «Nunca había visto la vida social de un paciente remodelarse tan rápida y dramáticamente»<sup>208</sup>, escribió Kramer.

Luego intentó dejar la medicación. Funcionó durante un tiempo. Finalmente se desmoronó. Contactó con Kramer de nuevo y le dijo: «No soy yo»<sup>209</sup>.

Kramer estaba desconcertado; cuando tomaba medicamentos Tess se sentía real; y luego, sin ellos, volvió a sentirse irreal. Aunque no estuviera seguro de si padecía depresión en ese momento, sin duda alguna iba por mal camino, así que decidió recetarle nuevamente el medicamento. Y, afortunadamente, funcionó. Una vez más, Tess regresó a su nuevo ser.

El Prozac fue un medicamento popular a partir de su lanzamiento, en 1987. Sin embargo, Kramer entendió la verdadera razón de su éxito solo en el momento en que habló con Tess: el Prozac hacía que las personas se sintieran auténticas<sup>210</sup>.

Kramer se sentía feliz por Tess, pero a la vez incómodo. ¿Qué pasaría con los rasgos íntimos que Tess había estado asociando a su anterior sentido del yo? ¿Los borraría? ¿Fue todo su pasado una mentira, como si alguien hubiera mezclado sus cartas al nacer? En palabras de Kramer: «De repente esos rasgos íntimos y consistentes ya no pertenecen al yo, son extraños, son defectuosos, son enfermedades, de modo que determinados hábitos mentales y físicos que vinculan la persona a su familia y antepasados, de generación en generación, ahora pertenecen a “otro”»<sup>211</sup>.

El Prozac proporcionó a Tess una nueva idea de quién ella era. Fue capaz de construir una nueva autonarrativa y comenzó a evaluar problemas de salud y patologías de una manera completamente diferente. Ella, según Kramer, «localizó un yo verdadero, normal y completo», y vio la medicación como «un complemento, de vez en cuando necesario, para el mantenimiento de ese yo»<sup>212</sup>. Lo que llama la atención es que Tess no solo «mejoró» o «se mejoró» a sí misma. Más drásticamente, había alterado su experiencia acerca de quién era. Había encontrado su verdadero yo.

En *Better Than Well: American Medicine Meets the American Dream*, el filósofo estadounidense Carl Elliott argumenta convincentemente que, en una época en que la autenticidad se experimenta como si fuera una llamada moral, todo tipo de tecnología de autoevaluación, incluida la medicación, adquiere un nuevo significado. No es un artefacto; al contrario, permite que el individuo sea real:

Esto, como mucho, ayuda a explicar el juego de fuerzas entre el lenguaje de la autenticidad y las tecnologías de avance personal. Es una manera de justificarse ante ustedes mismos, contrarrestar la crítica imaginada de que representan una especie de falsedad, narcisismo o búsqueda del estatus. No, no eres nada de esto, dices; solo cuando empecé con la cirugía estética, cuando comencé a tomar esteroides, cuando me cambié de sexo, solo ahí me sentí realmente yo mismo<sup>213</sup>.

Intensa fue también la experiencia que el icónico actor Cary Grant tuvo al probar el LSD por primera vez, durante un experimento científico. Le cambió por completo, cuenta Carl Elliott, y añadió que «el LSD le permitió prescindir de vanidades e hipocresías, cayendo en la cuenta de que acabó siendo actor debido al papel social que desempeñaba. Gracias al LSD, Grant pudo por primera vez “echarle un vistazo a su espacio interior” y “descubrir quién era realmente”»<sup>214</sup>.

Por supuesto, no todo el mundo tiene la suerte de descubrirse a través de las drogas, ya sea LSD o Prozac. En *Is It Me or My Meds? Living with Antidepressants* David A. Karp cuenta una serie de historias centradas en personas con experiencias de depresión y uso de medicamentos. Una de las personas entrevistadas por Karp tuvo problemas con su identidad: «No soy la misma persona cuando tomo medicinas. Tal vez sea mejor persona, pero no soy yo». Una mujer de unos sesenta años explicó que sus terapeutas le dijeron que las pastillas la harían sentir más marcadamente ella misma; en cambio afirmó: «Las pastillas me alejan de mí, hacen otra cosa». Otra mujer, de la misma edad, describió una experiencia similar. Bajo la influencia de las drogas, «no podía pensar. Ni siquiera podía conducir. No era yo, y es una sensación horrible»<sup>215</sup>.

No todos experimentaron la misma sensación de autodescubrimiento que Tess. Muchos se sintieron perdidos, como si su ser real se hubiese extraviado. Aunque las historias de los pacientes difieran, tienen algo en común, a saber, su insistencia en evaluar las drogas en relación con su sentido del yo, en estimar en qué medida las drogas les ayudan a experimentar un sentido de identidad propia y auténtica. Quizás estas historias dicen menos sobre medicina y psiquiatría de lo que dicen sobre la dificultad de sentirse auténtico.

De acuerdo con la ilusión de la felicidad, uno no puede ser feliz a menos que haya descubierto su verdadero yo interior. El discurso psiquiátrico y los productos farmacéuticos no están de ninguna manera desligados de las normas y los valores de la sociedad. Nuestra experiencia con la medicación y la terapia está muy influenciada por las corrientes culturales. No obstante, como veremos a continuación, la psiquiatría no es simplemente un reflejo de la ilusión de felicidad, sino también un instrumento útil para dar forma a la fantasía de lo que significa ser un ser humano feliz y saludable.

### ***La patología de la felicidad***

En un artículo de 1992, publicado en el *Journal of Medical Ethics*, el psicólogo clínico Richard P. Bentall propuso clasificar la felicidad como un trastorno psiquiátrico e incluirla en el DSM (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales). Publicado por la Asociación Americana de

Psiquiatría, el DSM es el manual estándar utilizado por los psiquiatras para realizar el seguimiento de una lista cada vez mayor de diagnósticos; se conoce informalmente como la «Biblia de la psiquiatría»<sup>216</sup>. Bentall argumentó (irónicamente, por supuesto) que la felicidad es «estadísticamente anormal, consiste en un conjunto discreto de síntomas, se asocia con una gama amplia de anomalías cognitivas, y probablemente refleja el funcionamiento anormal del sistema nervioso central»<sup>217</sup>. Es una enfermedad que refleja una «falta de contacto» con la realidad. Bentall recomendó utilizar el término técnico «trastorno afectivo mayor, tipo agradable», para asegurar la «precisión científica» y reducir «cualquier posible ambigüedad diagnóstica»<sup>218</sup>.

Cuando en 1952 se publicó la primera edición del DSM —de 132 páginas— las críticas no tardaron en aparecer. Un estudio publicado tres años antes reveló que los psiquiatras eran incapaces de utilizar los mismos criterios para determinar el diagnóstico de un paciente. Incluso cuando se les presentaba exactamente la misma información, los psiquiatras coincidían en el 20% de los casos. Unos años más tarde, en 1962, un estudio de seguimiento mostró que los psiquiatras tenían más probabilidades de estar en desacuerdo que de acuerdo<sup>219</sup>.

A pesar de sus elevadas aspiraciones científicas, que buscan catalogar y definir todas las formas imaginables de enfermedades mentales, el DSM fue, sin embargo, un producto de su tiempo, modelado por los valores predominantes de la época. Por ejemplo, la homosexualidad se clasificó como trastorno psiquiátrico hasta 1973. La etiqueta sobrevivió unos cuantos años más bajo la categoría diagnóstica de «homosexualidad egodistónica», que no se refería a la homosexualidad por elección sino a la involuntaria, identificando al grupo que sí necesitaba apoyo terapéutico. Greenberg observó: «Fue una situación mutuamente beneficiosa: las personas homosexuales ya no estarían sujetas a terapias raras e inútiles (o a la discriminación fomentada por los psiquiatras), la APA dejaría de ser humillada por la protesta, y los terapeutas seguirían cobrando dinero de los seguros para tratar a homosexuales»<sup>220</sup>.

Con los años, el DSM fue incrementando su tamaño: de 134 páginas (segunda edición, publicada en 1968), a 500 páginas (DSM-III, lanzado en 1980), a 886 páginas (DSM-IV, publicado en 1994).

La edición más reciente, el DSM-5, publicada en 2013, cuenta con poco menos de 1.000 páginas. Si bien no quiero sumarme a un debate ya viciado, no resulta útil que el nuevo manual sea más extenso y completo en comparación con las anteriores ediciones. Adopta el llamado «enfoque preventivo», lo que implica que los primeros signos de un trastorno pueden ser suficientes para efectuar el diagnóstico. Si un niño presenta más de tres berrinches a la semana, puede ser suficiente para obtener el diagnóstico de «trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo». Si come más de lo que debería en dos o más ocasiones en el transcurso de una semana, puede sufrir un «trastorno por atracón». Si el sujeto olvida el nombre y el rostro de las personas, se siente confuso o, en ocasiones, sobreexcitado, se puede formular uno de los siguientes diagnósticos: «Trastorno Neurocognitivo Menor», «Ansiedad Mixta/Trastorno Depresivo» o, posiblemente, «Trastorno por déficit de atención en adultos».

¿Cómo podríamos explicar esta explosión de diagnósticos? Si bien los psiquiatras son sin duda el centro de esta tendencia, no son los únicos responsables. Las compañías farmacéuticas también desempeñan un papel activo. Por ejemplo, para que un nuevo medicamento psicotrópico sea aprobado por la FDA (agente central en la política de los productos farmacéuticos), a menudo es necesario relacionarlo con un diagnóstico específico. Esto conlleva, en términos algo simplificados, que cuanto más inclusivo sea el diagnóstico, más personas abarcará, lo que implica, por extensión, un incremento en la venta del medicamento.

En *White Coat, Black Hat*, Carl Elliott nos lleva de la mano en un viaje angustiante a través de los aspectos más oscuros de la industria médica, revelando, entre muchas otras cosas, que las corporaciones médicas se sirven de estrategias muy astutas para comercializar sus productos. Por ejemplo, algunas compañías farmacéuticas contratan a escritores fantasma para que escriban y publiquen «artículos científicos» en los que se presentan resultados que tienden a ser favorables al medicamento, ya sea exagerando sus beneficios o ensombreciendo sus efectos secundarios. Una compañía dedicada a las comunicaciones médicas, llamada Current Medical Directions, recibió dinero por parte del gigante farmacéutico Pfizer para producir una serie de trabajos de investigación sobre el antidepresivo Zoloft. Una investigación

independiente dirigida por David Healy y Dinah Cattell reveló que el número de publicaciones centradas en Zoloft —y publicadas por la compañía Current Medical Directions durante el período en que esta última se benefició de las subvenciones proporcionadas por Pfizer— sobrepasó la cantidad de artículos publicados por todos los demás investigadores independientes. Y, como era de esperar, los artículos subvencionados por la Current Medical Directions presentaron el medicamento Zoloft adoptando una perspectiva más favorable en comparación con el resto de las investigaciones<sup>221</sup>. Esta es solo una de las múltiples estrategias que las corporaciones emplean para impulsar la venta de sus medicamentos.

Sin embargo, el 11% de los estadounidenses toma antidepresivos a partir de los doce años; este dato no puede explicarse solo en referencia a astutas estrategias de comercialización. «Culpar la industria farmacéutica por la adicción a los medicamentos con receta —escribió Ivan Illich en su libro *Némesis Médica* (1975)— es como culpar a la mafia por el uso de drogas ilegales»<sup>222</sup>. Para entender la popularidad de los medicamentos necesitamos considerar su utilidad en relación con las demandas a las que se enfrentan las personas. En nuestra ideología actual, basada en una competitividad implacable, se espera que las personas trabajen duro para darse a conocer, establecer contactos y buscar oportunidades. Es difícil ignorar la manera en que se inculcan tantas exigencias. También es difícil cumplir con tantos objetivos, como confirmarán los narcisistas compulsivos. Sorprenda o no, los productos farmacéuticos pueden ser increíblemente útiles para aquellas personas que luchan para satisfacer expectativas, sea para involucrarse socialmente o para concentrarse en el trabajo.

En *Better Than Well* Elliott afirma que, aunque el objetivo de muchos medicamentos sea ayudar a las personas a lidiar con las diversas demandas sociales a las que se enfrentan, esto es algo que las compañías médicas no deberían de decir en voz alta. A finales de la década de 1960, la compañía farmacéutica Sandoz lanzó una campaña de *marketing* para Serentil, un medicamento que ayudaría a las personas ansiosas a encajar. «Para la ansiedad que te provoca el no encajar», decía el eslogan: prometía ayudar a las personas ansiosas a mejorar el trato con jefes, amigos y familiares. La campaña publicitaria se prohibió más tarde. Según Elliott, el anuncio

revelaba, de manera muy explícita, que el medicamento se diseñó no solo para curar una condición médica, sino para ayudar a las personas a lidiar con las presiones sociales<sup>223</sup>.

Alcanzar la ilusión de felicidad hoy no es fácil. Presupone la habilidad para ser auténtico como ser humano, disfrutar la vida al máximo, tener éxito a la hora de venderse y hacer llegar la marca personal al mercado. Estos valores no solo son exigentes intrínsecamente, sino que también pueden ser contradictorios cuando se persiguen simultáneamente. No es de extrañar, entonces, que algunas personas recurran a las drogas en su búsqueda de la eficacia y del éxito profesional.

### *La conformidad de las drogas inteligentes*

Para Timothy Leary el LSD fue más que una simple experiencia espiritual. Le ayudó a descubrir una nueva forma de vida y a liberarse de las convenciones burguesas de su infancia. Con la ayuda del LSD pudo separarse de las demandas impuestas por la escuela, el trabajo y la familia. Mejor aún, el LSD nunca le pidió que madurara. No tenía que trabajar. Podía encender y sintonizar. Podía abandonar. Él podía, simplemente, ser.

En 2015, un periodista de la revista *Vice* probó Modafinil, un fármaco que se sintetizó en Francia en la década de 1970 y que la FDA aprobó en 1998 para el tratamiento de la narcolepsia<sup>224</sup>.

Al igual que otros usuarios, tomó la droga para poder concentrarse, para «darle una patada en el culo a su cerebro». Lo primero que notó fue que no tenía ganas de fumar. En cambio, estaba «hambriento de trabajo» y aceptó asumir tareas adicionales. Obedientemente, y sin aparente apetito, comió su pizza durante el almuerzo y luego, en lugar de salir a caminar o fumarse un cigarrillo como lo haría normalmente, regresó a su escritorio y siguió trabajando. Cuando su jefe llegó a la oficina, por la tarde, quedó impresionado por sus logros. Siguió trabajando, irritado por los compañeros que interrumpían su productividad.

«La conversación informal de la que solía disfrutar, de repente me pareció ofensiva —explicó—; no en mi contra, sino, lo que es peor, en contra de mi trabajo». Todas las cosas de las que normalmente disfrutaba (dar un paseo, ver

un programa cómico, fumarse un porro), ahora le parecían una pérdida de tiempo. En resumen, afirmó:

El Modafinil quizás sea la droga menos divertida que existe (al menos entre las que he probado), pero en la carrera de ratas a la que nos obliga la vida moderna, es la única que tiene sentido. Es extraño, ¿no? Los mismos jóvenes que acogieron con entusiasmo las drogas del amor como la MDMA y los tripis, ahora toman cosas como el Modafinil, que, irónicamente, solo hace que ames trabajar.

El Modafinil y otras drogas empleadas para mejorar la concentración a largo plazo se han vuelto muy populares en las universidades estadounidenses. Algunas encuestas indican que uno de cada siete estudiantes ha usado estos medicamentos para rendir mejor<sup>225</sup>.

Estos estudiantes no parecen seguir los consejos de Leary sobre la idea de «desconectar». Por el contrario, utilizan medicamentos ilegales para hacer frente a las crecientes demandas y presiones. Los productos químicos ya no se usan para explorar la mente, sino para conectarse con tareas específicas. Estas no son las drogas que tomaban los narcisistas que le levantaban el dedo al sistema para oponerse a él. Son las drogas de los narcisistas compulsivos, que ingieren productos químicos para ser parte del sistema. Se utilizan para ser más productivos, más competitivos.

Quizás no sea acertado comparar un alucinógeno como el LSD con estimulantes psicoactivos como el Modafinil, pero el problema aquí no es la droga en sí, sino la importancia que esta cobra en relación con un entorno cultural específico. Mientras que el Modafinil cobró relevancia en relación con un entorno centrado en la productividad y la competitividad, el LSD alcanzó su pleno potencial en relación con la fantasía de optar por la exclusión tal y como Leary la definió.

Sin embargo, recientemente, las personas han empezado a experimentar con el LSD con el propósito de ser más productivos. Un artículo de 2015 aparecido en la revista *Rolling Stone* nos presenta a «Ken», graduado en Stanford, veinticinco años, que ahora trabaja para una empresa emergente de San Francisco, y que ingiere pequeñas dosis de LSD para mejorar su creatividad y productividad. En el artículo se afirma: «Algunos profesionales optan por pequeñas y constantes dosis de ácido para potenciar su creatividad»<sup>226</sup>.

Los ideales de autenticidad y hedonismo, tal y como se gestaron en las

contraculturas de los años sesenta, es decir, como un intento de liberarse de las cadenas de la sociedad, ahora se han transformado en otra cosa. Los estudiantes universitarios que usan medicamentos para mejorar su rendimiento con el fin de sobrevivir a largas y tediosas horas en la biblioteca, o los jóvenes emprendedores que se dedican a la micro dosificación para mejorar su creatividad, no lo hacen en un intento de expresar su verdadera individualidad, ni para recorrer el camino del disfrute.

Y, sin embargo, este es el lenguaje que emplean las corporaciones y el *establishment* médico hoy en día. Se nos dice que las empresas y el trabajo son el camino que brinda a los individuos la posibilidad de expresarse. Y se nos hace creer que la cuestión de la empleabilidad permite descubrir talentos personales ocultos y hacerlos visibles al mundo.

Pero todos sabemos que estos son eufemismos neoliberales, ideados para normalizar una vida precaria. Y parece que lo mismo es cierto cuando hablamos de las drogas psicotrópicas. No se utilizan para descubrir el yo auténtico, sino para obtener una ventaja competitiva, ser más productivo y, con suerte, más exitoso. Parece que ya estamos muy lejos de la promesa del hedonismo y de una vida dedicada al placer. ¿Qué pasa con nuestra capacidad de obtener placer en una cultura organizada no solo en torno al trabajo y la competitividad, sino también en torno a la idea de que debemos usar cada momento para buscar la satisfacción física y espiritual?

---

<sup>177</sup> YouTube, «Leonard Cohen Talks Happiness and LSD in 1966 Animated Interview»: <https://www.youtube.com/watch?v=QoWCxK760l0>.

<sup>178</sup> Kripal, *Esalen*, p. 251.

<sup>179</sup> Kripal, *Esalen*, p. 251.

<sup>180</sup> Kripal, *Esalen*, p. 319.

<sup>181</sup> Anderson, *Upstart Spring*, p. 72.

<sup>182</sup> Kripal, *Esalen*, p. 116.

<sup>183</sup> Aldous Huxley, *The Doors of Perception* (New York: Harper and Row, 1954), p. 53.

- [184](#) Carl Elliott, *Better Than Well: American Medicine Meets the American Dream* (New York: W.W. Norton, 2003), p. 45.
- [185](#) Anderson, *Upstart Spring*, p. 57.
- [186](#) Alan Watts, *The Joyous Cosmology: Adventures in the Chemistry of Consciousness* (Novato: New World Library, 1962/2013), p. 7.
- [187](#) Watts, *The Joyous Cosmology*, p. 17.
- [188](#) Watts, *The Joyous Cosmology*, p. 21.
- [189](#) Watts, *The Joyous Cosmology*, p. xiv.
- [190](#) Watts, *The Joyous Cosmology*, p. x.
- [191](#) Timothy Leary, *The Politics of Psychopharmacology* (Berkeley: Ronin Publishing Inc., 2002), p. 17.
- [192](#) Anderson, *Upstart Spring*, p. 75.
- [193](#) Adam Smith, *The Powers of Mind* (New York: Random House, 1975), p. 43.
- [194](#) Smith, *The Powers of Mind*, p. 45.
- [195](#) Thomas Szasz, *Coercion as Cure: A Critical History of Psychiatry* (London: Routledge, 2009), pp. 211-212.
- [196](#) Leary, *Politics of Psychopharmacology*, p. 13.
- [197](#) Thomas Szasz, *Pharmacracy: Medicine and Politics in America* (Westport, CT: Praeger Publishing, 2001), p. xxiii.
- [198](#) Norman Dain, «Critics and Dissenters: Reflections on ‘Anti-Psychiatry’ in the United States», *Journal of the History of the Behavioral Sciences* 25(1), 1989, pp. 3-25.
- [199](#) Thomas Szasz, *The Myth of Mental Illness: Foundations of a Theory of Personal Conduct* (New York: Harper & Row, 1961).
- [200](#) Szasz, *Pharmacracy*, p. 77.
- [201](#) Joost A.M. Meerlo, *The Rape of the Mind: The Psychology of Thought Control, Menticide, and Brainwashing* (Eastford, CT: Martino Fine Books, 2015), p. 35.
- [202](#) Meerlo, *The Rape of the Mind*, p. 353.
- [203](#) Meerloo, *The Rape of the Mind*, p. 43.

- [204](#) Meerloo, *The Rape of the Mind*, p. 46.
- [205](#) Meerlo, *The Rape of the Mind*, p. 43.
- [206](#) Ken Kesey, *One Flew Over the Cuckoo's Nest* (New York: Viking Press, 1962), p. 34.
- [207](#) Peter Kramer, *Listening to Prozac: The Landmark Book About Antidepressants and the Remaking of the Self* (New York: Penguin Books, 1993), p. 4.
- [208](#) Kramer, *Listening to Prozac*, pp. 7-8.
- [209](#) Kramer, *Listening to Prozac*, p. 18.
- [210](#) Kramer, *Listening to Prozac*, p. 10.
- [211](#) Kramer, *Listening to Prozac*, p. 19.
- [212](#) Kramer, *Listening to Prozac*, p. 20.
- [213](#) Elliott, *Better Than Well*, p. 39.
- [214](#) Elliott, *Better Than Well*, pp. 43-44.
- [215](#) David A. Karp, *Is It Me or My Meds? Living with Antidepressants* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 2007), p. 113.
- [216](#) Gary Greenberg, *The Book of Woe: The DSM and the Unmaking of Psychiatry* (London: Scribe, 2013), p. 15.
- [217](#) Richard P. Bentall, «A Proposal to Classify Happiness as a Psychiatric Disorder», *Journal of Medical Ethics* 18, 1991, p. 94.
- [218](#) Bentall, «A Proposal to Classify Happiness as a Psychiatric Disorder», p. 97.
- [219](#) Greenberg, *The Book of Woe*, p. 19.
- [220](#) Greenberg, *The Book of Woe*, pp. 35-36.
- [221](#) Carl Elliott, *White Coat, Black Hat: Adventures on the Dark Side of Medicine* (Boston: Beacon, 2010), p. 30.
- [222](#) Ivan Illich, *Medical Nemesis: The Expropriation of Health* (New York: Pantheon, 1975), p. 24.
- [223](#) Elliott, *Better Than Well*, pp. xv-xvi.
- [224](#) Sebastián Serrano, «Taking the 'Smart Drug' Modafinil Made Me Love Work but Hate People», *Vice*,

7 October 2015.

[225](#) Lizette Borreli, «1 in 7 College Students Abuse “Smart Drugs” to Improve Concentration», *Medical Daily*, 14 November 2013.

[226](#) Andrew Leonard, «How LSD Microdosing Became the Hot New Business Trip», *Rolling Stone*, 20 November 2015.

## 5. HOMBRES DE PLACER

No hay placer del que no me haya hartado.

Philip Seymour Hoffman

### *Placer Todo Incluido*

«Esto es un paraíso», dijo mi madre sentándose en la tumbona junto a la piscina, con un *gin- tonic* servido en un vaso de plástico. Entrecerró los ojos al sol, disfrutando del calor. Estábamos en Gran Canaria, a finales de octubre, y habíamos dejado atrás una Suecia fría y gris, esa misma mañana. Mi hija estaba en la piscina, jugando con sus primos. Seguí al socorrista, con su camiseta blanca y pantalones cortos rojos, mientras se movía por el área de la piscina, recogiendo bandejas con vasos vacíos. Era tarde y los invitados se retiraban a los apartamentos de su hotel para cambiarse, para la cena. La temperatura alcanzaba los 32 grados centígrados.

Había sido un otoño duro para mí. Demasiado trabajo. Tenía ganas de una semana de relax. Mi esperanza era tumbarme al sol y leer libros, escuchando las olas del mar desde la tumbona. Sin embargo, a pesar de que el mar estuviera al lado, nunca llegué a escuchar el sonido de las olas. En lugar de eso, una fuerte música de discoteca retumbaba desde los altavoces detrás de mí. Podía ver a veinte personas moviéndose de forma extraña usando bandas de goma, imitando al hombre musculoso de la camisa sin mangas que se encontraba de pie, delante de ellos. Unos minutos más tarde, una mujer joven se acercó al borde de la piscina sujetando un micrófono: «Dentro de cinco minutos comenzarán los juegos en la piscina. ¡No importa tu edad, ven a la piscina de los chapuzones!».

Me dirigí hacia el restaurante, tomé una cerveza y volví a mi hamaca.

Cada año, entre tres y cuarto millones de personas visitan Gran Canaria para pasar las vacaciones. Agotados por el trabajo y el clima deprimente, llegan allí, tristes y débiles, con la esperanza de regresar una semana más

tarde, bronceados y despejados. Al igual que mi familia, muchos de los visitantes no tienen intención de viajar por la isla, ni de explorar la cultura. Lo único que quieren es quedarse en la piscina, disfrutar de las bebidas gratuitas, sentir la felicidad que proviene del placer. Mientras los monitores entretienen a los niños con juegos y actividades, los adultos se quedan solos para hacer lo que quieran, ya sea yoga, buceo, tenis o, como yo, nada de nada.

Al final de la semana, sentado con mi familia en un restaurante comiendo una pizza de Nutella, no pude evitar pensar que esta debía ser la forma más concentrada del hedonismo preempaquetado. Todo estaba a nuestro alcance. Entretenimiento durante todo el día. Restaurantes con una gran selección de comida. Bares con cerveza, vino y cócteles. Y el sol ahí arriba, todo el tiempo, brillando implacablemente.

Esta era la fantasía de felicidad basada en el hedonismo desenfrenado. Antes de la sociedad de consumo, algo así solo podría haber tenido lugar en pequeños círculos privados, como en las infames cenas organizadas por el emperador Calígula, donde a los invitados se les ofrecía una gran cantidad de comida exótica y entretenimiento sexual en vivo, a costa de los esclavos. Pero ahora estos excesos están al alcance de millones de occidentales, de cualquiera que necesite tomarse un descanso de la vida cotidiana y divertirse durante una semana.

### *El placer que mata*

En diciembre de 2012, poco más de un año antes de su trágica y prematura muerte, Philip Seymour Hoffman apareció en el escenario del Museo de Arte Rubin para hablar sobre la felicidad, con el filósofo Simon Critchley<sup>227</sup>. «En realidad, he pensado mucho sobre esto en mi vida últimamente», dijo Hoffman al comienzo de la conversación, «y no he llegado a nada». Para darle más profundidad a la charla, para ser, en palabras de Critchley, «académico por un momento», el profesor de filosofía presentó —como punto de partida— un modelo filosófico de felicidad distinto: «Una forma de pensar sobre la felicidad es considerándola como un placer, y si ahora mismo me apetece...». Critchley miró su taza de café apoyada en la mesa: «... café, y consigo el café, eso me causa placer y me hace feliz». Hoffman reflexionó sobre la pregunta

por un momento y luego replicó: «Seguramente el placer no es sinónimo de felicidad. Mato el placer... Tengo demasiado placer... demasiado café y sigo siendo un miserable... No hay placer del que no me haya hartado».

El eco de estas palabras es escalofriante. El 2 de febrero de 2014, Hoffman fue encontrado muerto en su casa. Tenía una jeringa clavada en el brazo izquierdo, y la policía encontró casi cincuenta sobres de heroína en su apartamento<sup>228</sup>. Sin embargo, cuando Hoffman, en la charla sobre la felicidad, dijo que mataba el placer, no se limitó a hablar de sus problemas personales. Más bien, estaba señalando un aspecto peculiar del disfrute, aspecto que los psicoanalistas nos han recordado durante mucho tiempo: el disfrute que posiblemente obtengamos nunca será lo suficientemente bueno comparado con el que esperamos lograr. Esto lo aprendí de primera mano durante mi semana en el todo incluido, bebiendo grandes cantidades de *gin-tonic*. Después de unos días de placer implacable, empezaba a sentirme agotado y me dolía la garganta.

Pero lo que Critchley tenía en mente, en su «momento académico», no se refería al tipo de exceso hedonista que ofrecen los «todo incluido», ni al abuso de sustancias a la que Hoffman podría haberse referido. Lo que él tenía en mente era la doctrina epicúrea según la cual el placer es «la raíz de todo bien» y, como tal, «el principio y el final de la vida feliz»<sup>229</sup>. Hoy en día, a menudo, se habla de Epicuro identificándole como el filósofo griego que elogió la vida placentera. Sin embargo, si bien es cierto que vio en el placer el camino hacia la felicidad, su teoría a menudo se malinterpreta. La noción de placer y hedonismo que él promovió está muy lejos de lo que hoy asociamos al disfrute.

Epicuro nació en la isla griega de Samos en el año 341 a. C. Como buen primer representante de la generación Beat, pasó gran parte de su adolescencia en la carretera, recorriendo Grecia, cambiando de trabajo, ejerciendo durante un tiempo como soldado, luego como maestro de escuela, para finalmente, en 306 a. C., establecerse en Atenas, donde fundó su propia escuela, llamada El Jardín. Por las descripciones que nos han llegado, la escuela parecía ser un lugar agradable, una larga mesa solía colocarse en el jardín y la gente comía y discutía sobre filosofía durante horas<sup>230</sup>. Vivió de acuerdo con los principios filosóficos que él mismo predicó. Evitó magistralmente toda forma de

responsabilidad práctica; no participó más de la cuenta en la vida social y política de Atenas, pasaba todo el tiempo posible con sus amigos cercanos en el Jardín, estudiando, escribiendo, pensando y discutiendo. Para Epicuro, los placeres simples también fueron los más sublimes. Le encantaban la comida y la bebida, pero mantenía una dieta simple y moderada, evitando la carne y el vino.

Intenta buscar la palabra «hedonismo» en Google, y fíjate en las imágenes; verás jóvenes semidesnudos bailando en la playa o chulos de playa comiendo alitas de pollo. Es fascinante caer en la cuenta de que, para Epicuro, esta forma de indulgencia no tenía nada que ver con el hedonismo. Para él, el placer como forma de vida significaba evitar todo tipo de excesos. El sexo y la intoxicación, por no hablar del atracón, eran para él desviaciones del verdadero camino hacia la felicidad. Tal y como escribe en una carta a Meneceo: «[Cuando] digo que el placer es el objetivo de la vida, no me refiero a los placeres de los libertinos o los placeres inherentes al disfrute positivo»<sup>231</sup>.

La búsqueda del placer libertino es inútil, afirmó Epicuro, empleando el mismo argumento que los psicoanalistas formularían más adelante: tener demasiadas esperanzas acerca de lo que el placer puede brindar causa, inevitablemente, decepción. Peor aún, el hombre acaba preso en la búsqueda circular y destructiva del placer. Una estrategia mucho mejor, pensó Epicuro, es apegarse a los placeres simples, porque lo que uno gana al perseguir el placer simple es la libertad. Lo mejor que se puede lograr como ser humano es vivir sin miedos y asumir la más profunda verdad de la vida: lo que es bueno y agradable es fácil de lograr y lo que es malo y doloroso es fácil de soportar<sup>232</sup>.

Esta es una noción optimista de la vida, y debo admitir que me siento atraído por ella; algunas veces pienso que debería intentar vivir como un epicúreo, reducir el consumo de alcohol y comer más verduras. Sin embargo, diría que esta visión puede llegar a subestimar la naturaleza paradójica del placer. Epicuro explica que los deseos que debemos perseguir son aquellos que son naturales y necesarios, porque el placer que obtenemos al comer alimentos no proviene del gusto, sino de la función elemental de apaciguar el hambre.

Deambulando por un *resort* todo incluido con una bebida en mi mano izquierda y un trozo de pizza en la otra, pude apreciar lo que Epicuro tenía en mente. La sociedad de consumo moderna nos entrena para obtener placer a través del consumo de todo tipo de productos, no solo de los que se pueden comer, sino de cualquier otra cosa que se pueda comprar. No es de extrañar, entonces, que las personas quieran escapar de este mundo de placer-24-horas, ya sea mudándose al campo para vivir una vida sencilla y autosuficiente o escondiéndose en lugares remotos para participar en retiros de desintoxicación.

No obstante, en la época de Epicuro no había muchos supermercados abiertos las veinticuatro horas. «La limitación de los apetitos es un bien importante —dijo— con el fin de saber disfrutar de unos pocos en caso de que no tengamos mucho»<sup>233</sup>. Hoy en día, si te dan ganas de merendar por la tarde no lo tienes nada difícil. No es ningún lujo poder permitirse una barrita de chocolate, un refresco o incluso una cerveza. En la mayoría de los lugares estos artículos son más baratos que la verdura. Las personas que cuentan con escasos recursos financieros no se preocupan por no poder comer un bocadillo. Se preocupan por necesidades más fundamentales, como poder pagar el alquiler o la factura de la electricidad.

Cuando Philip Seymour Hoffmann afirmó «no hay placer del que no me haya hartado» pareció tocar, por un lado, la cuestión universal del disfrute visto como una búsqueda inherentemente paradójica y, por el otro, la forma en que nuestra sociedad de consumo nos bombardea con el mensaje de que «necesitamos disfrutar». Hoffman, al igual que yo y muchos más, nunca pudo encontrar la felicidad a través del placer. Estaba lejos de dominar el arte epicúreo de regular su vida de acuerdo con el placer natural. En la autopsia no solo encontraron rastros de heroína, sino también de cocaína, benzodiazepinas y anfetaminas.

### ***Breve estudio de caso de la desesperación varonil***

Era la hora perfecta del día, justo antes de la cena, y comenzaba a refrescar un poco. Estaba sentado con mi esposa en la terraza del apartamento de nuestro hotel, bebiendo un vaso de cava.

«Lo único que no está disponible a la carta aquí es el sexo», dije. «Tal vez haya lugares como este, pero para parejas liberales».

«Seguro los hay», dijo. «Pero tal vez no para parejas liberales, sino con prostitutas».

Fue entonces cuando me acordé de Michel Houellebecq, el autor francés; escribió un par de libros sobre el turismo, uno de los cuales se centra en Lanzarote, una isla cercana al lugar donde me encontraba. Sin embargo, el libro que tenía en mente era *Plataforma*, de 2001, en el que seguimos al protagonista, Michel, que viaja a Tailandia por turismo sexual pero acaba enamorándose de una mujer que trabaja en el sector turístico. Cuando vuelven a Francia idean una nueva estrategia para salvar la compañía turística para la que trabaja. El plan es fusionar el modelo clásico de club de vacaciones con el turismo sexual. El nombre y el eslogan: «*Eldorado Afrodita: porque el placer es un derecho*»<sup>234</sup>.

Probablemente debería enfatizar que no leo a Houellebecq desde la perspectiva de un crítico literario. Le leo como crítico social y cultural. Como académico interesado en la cultura popular, a menudo me recuerdan que los académicos no son los únicos comprometidos con la producción en ciencias sociales. En mi opinión, algunos de los mejores análisis de nuestra sociedad están hechos por novelistas, periodistas y cineastas, lo que el sociólogo Roger Burrows llama «ciencia ficción social»<sup>235</sup>.

Lo que hace que Houellebecq sea interesante para la siguiente exposición es su capacidad para diagnosticar críticamente una sociedad basada en el imperativo de disfrutar. Él toma en consideración los valores morales que respaldamos en la cultura de consumo de hoy en día, como el derecho a acumular riquezas y el derecho al placer, y luego revela el trágico lado oscuro de estos valores. El mundo representado en las obras de Houellebecq es despiadado y sin esperanzas, y sus antihéroes se han adaptado a este mundo al aceptar esta crueldad y abandonar toda esperanza, excepto la esperanza de aplacar ocasionalmente sus deseos sexuales. Tal y como expresa en su novela de 1994, *Whatever*, «en un sistema económico totalmente liberal, ciertas personas acumulan fortunas considerables; otros se estancan en el desempleo y la miseria. En un sistema sexual totalmente liberal, ciertas personas tienen una vida erótica variada y emocionante; otros se reducen a la masturbación y la

soledad»<sup>236</sup>. Al leer Houellebecq, no se revela mucho sobre aquellos con vidas eróticas emocionantes. En cambio, nos encontramos con los fracasos de aquellos que se reducen a la masturbación y la soledad. Poco atractivos y con baja autoestima, son perdedores en el «sistema sexual liberal». No obstante, pueden corregir esta situación, al menos en cierta medida, porque son, al ser hombres blancos de mediana edad con ingresos decentes, ganadores en el «sistema económico liberal».

Tal es la situación de Bruno, el antihéroe de *Las partículas elementales* (1998), cuya vida entera ha estado centrada en el sexo. Aún adolescente había sido rechazado por todas las chicas que conocía, y cuando nos encontramos con él, a la edad de cuarenta y dos años, nos informan de que sus erecciones se habían vuelto «más cortas y más infrecuentes» y que «sucumbía a un triste declive»<sup>237</sup>.

Me detendré en este libro por un momento porque no puedo pensar en ningún otro texto que describa mejor la transformación de la ilusión de la felicidad, a partir de su carácter optimista en la década de 1960, pasando por una visión alternativa del mundo hasta llegar a lo que representa hoy, algo totalmente asimilado a una cultura definida por la competitividad. La pregunta que cabe plantearse aquí es: ¿cuáles son las posibilidades de perseguir la felicidad a través del placer sexual en el siglo veintiuno si se te considera poco atractivo e interesante?

Bruno, nacido en la segunda mitad de la década de 1950, era uno de los dos hijos de Janine, una despreocupada madre *hippie*. Puesto que a Janine le interesaba más la experiencia de dar a luz que la de ser madre, le pareció perfectamente sensato dejar a Bruno y a su hermanastro Michel bajo la custodia de sus respectivos abuelos. Janine, liberada de la monotonía de la maternidad, podría continuar con sus aventuras cósmicas. Se fue a California y cambió su nombre por el de Jane.

*Las partículas elementales* es un libro sobre cómo crecer a la sombra de la ilusión de felicidad. La madre de Bruno y Michel vive su vida de acuerdo con los ideales de autenticidad y placer sexual, los que Wilhelm Reich y Fritz Perls promovieron, y es recompensada por esta búsqueda. Vive una vida aventurera caracterizada por un vaivén constante de jóvenes amantes. Desde la distancia, ella parece ser feliz.

Para sus hijos, sin embargo, la realidad es sombría. En sus inútiles intentos de ser felices, emprenden caminos diferentes. Michel busca y hasta cierto punto encuentra la felicidad en el mundo abstracto de la biociencia, un mundo que está lejos de la tiranía de otras personas. Bruno, por otro lado, no encuentra nada. «Su único objetivo en la vida había sido sexual», escribe Houellebecq, «y se da cuenta de que ya es demasiado tarde para cambiar eso»<sup>238</sup>. A sus cuarenta años, lo que recuerda es una infancia difícil y una adolescencia «espantosa». El futuro se ve igual de sombrío. A pesar de que todo su mundo se haya organizado en torno al amor sexual, sus experiencias han sido escasas, limitadas a prostitutas y mujeres que realmente no encontró atractivas. Aun así y a pesar de todo, el sexo lo ha hecho sentir bien, y eso es lo que importa. Es lo único que podía hacerle feliz.

«¿Podría un pájaro ser feliz?», pregunta Houellebecq de manera impávida en las primeras páginas del libro, antes de entregar su propia definición específica del término. «La felicidad es un sentimiento intenso y absorbente de satisfacción gozosa, similar a la embriaguez, el asombro o el éxtasis»<sup>239</sup>. Es el tipo de felicidad que un pájaro probablemente no podría sentir. Pero ¿podría Bruno? Tal vez sí. En un momento del libro, mientras mantiene relaciones sexuales, describe cómo todo su cuerpo se «estremece» de felicidad<sup>240</sup>. Lamentablemente, eso solo sucedió una vez y fue una experiencia de corta duración.

Bruno abraza los valores morales de la ilusión de la felicidad. Hace, como dijo Freud, «del erotismo genital el punto central de su vida»<sup>241</sup>. Con la esperanza de que le vean carismático y guay, se deja la perilla y compra una chaqueta de cuero.

La tragedia de Bruno, marcada por la búsqueda de la felicidad sexual, alcanza su apogeo cuando decide acudir a Lieu, en el oeste de Francia, una versión ficticia del Instituto Esalen. El instituto, inaugurado en 1975 por un grupo de veteranos del 68, pretendía crear una «utopía auténtica». En la década de 1980, un momento marcado por las dificultades financieras, este grupo comenzó a ofrecer una serie de cursos sobre desarrollo personal y pensamiento positivo, dirigidos a personas de negocios. Pronto, atrajeron a muchas de las compañías más grandes y de mayor reputación, como IBM. Si bien su objetivo fuera ahora centrarse en la formación de los directores de

recursos humanos, Lieu aún conservaba su «reputación de paraíso de los hedonistas, que se convirtió en su único punto de fuerza»<sup>242</sup>.

Los otros participantes parecían felices: «Viven, respiran, luchan por el placer o intentan desarrollar su potencial personal»<sup>243</sup>. Bruno espera lograr lo mismo. Se apunta a varios cursos, incluso a uno de «Masaje Gestalt Sensitivo», una versión erotizada de la terapia Gestalt de Fritz Perls. Sin embargo, la participación en estas actividades no lo libera sexual y espiritualmente. Solo fortalece su sensación de depresión. Noche tras noche, sigue solo, en su propia tienda de campaña, bebiendo güisqui, masturbándose con una revista porno que incluye, en la portada, el eslogan irónico «el placer es un derecho»<sup>244</sup>.

Para Houellebecq la revolución sexual no fue una utopía comunitaria. Fue, simplemente, «otra etapa en el auge histórico del individualismo»<sup>245</sup>. Bruno no está preparado para lidiar con ese mundo. Abrazar la ilusión de felicidad, tal y como la encarna su madre, solo le recuerda su fracaso. No es capaz de encontrar parejas sexuales que lo deseen, ni tampoco consigue cambiar su apariencia y parecer una persona carismática y divertida. Finalmente, se da cuenta de que «no tiene sentido ignorarme; no soy lo suficientemente joven, ni guapo, ni lo suficientemente bueno»<sup>246</sup>.

### *El derecho del macho alfa al placer*

El 7 de octubre de 2017, menos de dos semanas después de que el fundador de *Playboy*, Hugh Hefner, muriera a la edad de noventa y un años, el productor de Hollywood Harvey Weinstein emitió una declaración en contra de numerosas denuncias de agresión sexual que se habían publicado en el *New York Times* un par de días antes: «Llegué a la mayoría de edad entre los años sesenta y setenta, cuando todas las reglas sobre el comportamiento y la conducta en los lugares de trabajo eran diferentes. Esa era la cultura entonces. Ahora he aprendido que lo dicho no sirve de excusa, ni en la oficina ni fuera de ella». Oliver Stone y Woody Allen acudieron al rescate de Weinstein, quien hizo poco para convencer al público de su inocencia. El hecho de que sintieran la necesidad de expresarse —escribe el periodista Wesley Morris en un artículo

del *New York Times*— «desvela un mito duradero, pero equivocado, sobre la revolución sexual. Idealizamos el imperio del Sr. Hefner identificándolo como una fuerza revolucionaria: los amantes amarán y todo eso, pero en realidad solo se trató de la popularización de unos privilegios»<sup>247</sup>.

Hefner lanzó el primer número de *Playboy* en 1953, con una foto desnuda de Marilyn Monroe en la portada, en una época aún conservadora. No obstante, el estado de ánimo iba cambiando rápidamente, la revista dio en el clavo y se convirtió en un éxito de la noche a la mañana. Como escribió Matt Schudel en su necrológica de Hefner, «la revista causó escándalo en ese momento, pero rápidamente dio con un público muy receptivo y fue fundamental para el afirmarse de la revolución sexual de los años sesenta»<sup>248</sup>.

Más de media década después, cuando se anunció la muerte de Hefner, ya no se le consideraba un revolucionario de los años sesenta. Envuelto en su pijama de seda y albornoces, representaba la imagen del patriarcado y el abuso, un anciano que se rodeaba compulsivamente de mujeres jóvenes semidesnudas. Como escribió Ross Douthat en su necrológica poco halagüeña, «Hefner era un pornógrafo y chovinista que se enriqueció gracias a la masturbación, el consumismo y la explotación de las mujeres, se convirtió en un personaje grotesco que vestía gorras de capitán y murió siendo un cachivachero que vivía en una mansión decadente donde la pornografía retumbaba durante sus patéticas orgías»<sup>249</sup>.

Y, sin embargo, el legado de Hefner sigue vivo. Basta con considerar a Berlusconi y Trump. O Trumpusconi, como dijo Frank Bruni en un ensayo del *New York Times*, argumentando que son «esencialmente el mismo hombre»<sup>250</sup>. Para llegar a esta conclusión, se les pidió a los lectores que adivinaran quién de los dos hombres había dicho qué. «Anoche había cola en la puerta de mi dormitorio» (Berlusconi). «Mis dedos son largos y hermosos, al igual que otras partes de mi cuerpo, tal y como se ha confirmado» (Trump). «Creo que la única diferencia entre los demás candidatos y yo es que yo soy más honesto y mis mujeres son más hermosas» (Berlusconi). «Al preguntarles si querían acostarse conmigo, el treinta por ciento de las mujeres dijo “sí”, mientras que el otro setenta por ciento respondió: “¿otra vez?”» (Berlusconi).

El derecho al placer, tal como lo promovieron Wilhelm Reich y Fritz Perls, encuentra en la imagen de Hefner y Trumpusconi su conclusión lógica. Cuando

la ilusión de felicidad empieza a desmoronarse, nos damos cuenta de que el derecho al placer no tiene nada que ver con el derecho de las personas a explorar su sexualidad. Por ejemplo, ni Trump ni Berlusconi consideran favorablemente la homosexualidad, por decirlo diplomáticamente. No, el derecho al placer es un derecho que solo pertenece a los ricos y poderosos, en otras palabras: pueden hacer lo que quieran y salirse con la suya.

Estos son hombres más allá de la autocrítica, que irradian una sensación ilimitada de narcisismo. En un perspicaz ensayo publicado en *Los Angeles Review of Books*, la historiadora Elizabeth Lunbeck afirma que el narcisismo de Trump no es un defecto, sino un recurso. Se ha vendido con éxito como una persona que puede hacer lo que quiere sin tener que disculparse. Lo que ofrece a las personas es la participación en su grandeza. Si deseamos entender a Trump, deberíamos dejar de preguntarnos si es un narcisista o no, y comenzar a considerar «cómo explota su narcisismo para conectar con sus seguidores»<sup>251</sup>.

Puesto que la ilusión de la felicidad reúne las nociones de ser uno mismo (sin preocuparse demasiado por los demás), perseguir el disfrute (en forma de dormir con mujeres) y tener éxito a través de la carrera (alcanzando posiciones de poder), es claramente una fantasía masculina. Se basa en el derecho, el autodomínio y la acumulación egoísta. Es una ilusión que fetichiza la imagen del hombre que se ha hecho solo y su capacidad para llegar a ser grande, a expensas de los demás.

Este derecho a la felicidad como placer se remonta a Reich y a su teoría «fálica» de la felicidad. Para Reich, la única manera de ser feliz y sentirse satisfecho como ser humano fue desarrollando la potencia orgástica. Cuando lanzó esta teoría por primera vez en la década de 1920, algunos de sus compañeros expertos en psicoanálisis comenzaron a tacharle de «narcisista genital»; el término nunca ofendió a Reich, quien creía que no era más que una expresión de sus «celos sexuales» y del hecho de que «no eran tan potentes como él». Al igual que Trumpusconi, Reich a menudo se jactaba de su propia potencia orgásmica, ya que cuando tenía quince años había estado con una prostituta y había experimentado una unión teológica con el falo, describiendo la experiencia en su diario: «Yo era el pene entero»<sup>252</sup>.

Esta ilusión de felicidad genital inspiró a Fritz Perls, el padre de la terapia

Gestalt, un método cuyo objetivo fue liberar a las personas, tanto espiritual como sexualmente. Cuando Perls se instaló en Esalen, a la edad de setenta años, se dio a conocer como el «pachá de los manantiales». Según Turner, «él seduciría a las mujeres con versos memorables como: ¿quieres chuparme la polla?»<sup>253</sup>. Al igual que Reich y Trumpusconi, Perls se veía a sí mismo como un macho alfa. Se definió a sí mismo como un perverso polimorfo; se sentía orgulloso de su fama dual de hombre sucio y gurú, aunque, como él dijo, «el primero está en decadencia y el segundo en ascenso»<sup>254</sup>.

A diferencia de los personajes de las novelas de Houellebecq, estos son los machos alfa que se han beneficiado enormemente de la ilusión de la felicidad, usándola como una excusa para «ser ellos mismos» (idiotas), perseguir el placer (con o sin consentimiento) y mezclar su personalidad con su marca. Si la ilusión de felicidad se ha convertido en esto, es hora de dejarla ir y dejar que los Trumpusconis caigan con ella.

---

<sup>227</sup> «Happy Talk: Simon Critchley + Philip Seymour Hoffman», Rubin Museum of Art, 17 December 2012: <http://rubinmuseum.org/media-center/happy-talk-simon-critchley-philip-seymour-hoffman>.

<sup>228</sup> Ray Sanchez, «Coroner: Philip Seymour Hoffman Died of Acute Mixed Drug Intoxication», *CNN*, 28 February 2014.

<sup>229</sup> Epicurus, *The Art of Happiness* (New York: Penguin Classics, 2012), p. 216.

<sup>230</sup> Epicurus, *The Art of Happiness*, p. viii

<sup>231</sup> . Epicurus, *The Art of Happiness*, p. 325.

<sup>232</sup> Epicurus, *The Art of Happiness*, p. 327.

<sup>233</sup> Epicurus, *The Art of Happiness*, p. 324.

<sup>234</sup> Michel Houellebecq, *Platform* (London: Vintage, 2003), p. 256.

<sup>235</sup> Roger Burrows, «Virtual Culture, Urban Social Polarisation and Social Science Fiction», en Brian D. Loader, ed., *The Governance of Cyberspace* (London: Routledge, 1997), pp. 38-45.

<sup>236</sup> Michel Houellebecq, *Whatever* (London: Serpent's Tail, 1994), p. 99.

<sup>237</sup> Michel Houellebecq, *Atomised* (London: Vintage, 2001), p. 73.

- [238](#) Houellebecq, *Atomised*, p. 73.
- [239](#) Houellebecq, *Atomised*, p. 13.
- [240](#) Houellebecq, *Atomised*, p. 164.
- [241](#) Freud, «Civilization and Its Discontents», p. 69.
- [242](#) Houellebecq, *Atomised*, p. 127.
- [243](#) Houellebecq, *Atomised*, p. 154.
- [244](#) Houellebecq, *Atomised*, p. 118.
- [245](#) Houellebecq, *Atomised*, p. 191.
- [246](#) Houellebecq, *Atomised*, p. 70.
- [247](#) Wesley Morris, «Weinstein, Hefner and the Poor Excuse That Explains a Lot», *New York Times*, 27 October 2017.
- [248](#) Matt Schudel, «Hugh Hefner, Visionary Editor Who Founded Playboy Magazine, Dies at 91», *Washington Post*, 27 September 2017.
- [249](#) Ross Douthat, «Speaking Ill of Hugh Hefner», *New York Times*, 30 September 2017.
- [250](#) Frank Bruni, «La Dolce Donald Trump», *New York Times*, 18 July 2015.
- [251](#) Elizabeth Lunbeck, «The Allure of Trump's Narcissism», *Los Angeles Review of Books*, 1 August 2017.
- [252](#) Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 83.
- [253](#) Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 437.
- [254](#) Citado en Turner, *Adventures in the Orgasmatron*, p. 437.

# CONCLUSIÓN

## LA FELICIDAD DESPUÉS DE TRUMP

Si hubiera sido el hijo de un minero, habría dejado la maldita mina.

Donald Trump

### *La ilusión de la felicidad de Trump*

El primer episodio de *El aprendiz*, emitido por la NBC el 8 de enero de 2004, comenzaba con impresionantes vistas aéreas de Nueva York. «Manhattan es un lugar difícil», dice Donald Trump en *off* mientras la cámara pasa de la vista de los rascacielos a la imagen de un mendigo durmiendo en un banco. «Si no tienes cuidado, puede masticarte y escupirte.» Otro corte, ahora en una gran mansión. «Pero si trabajas duro, puedes dar el pelotazo, y quiero decir un verdadero pelotazo.» Otra imagen. Trump se sienta en la parte trasera de una limusina, mirando fijamente a la cámara, presentándose como el desarrollador inmobiliario más importante de la ciudad.

Las imágenes hablan solas. Como escribe Naomi Klein en su libro sobre Trump y su «política del *shock*»: «puedes ser el indigente, o puedes ser Trump»<sup>255</sup>. En su versión del Sueño Americano, hay ganadores o perdedores. Y Trump fue un ganador, la máxima expresión del éxito: una persona que había alcanzado la ilusión de la felicidad. Había llegado lejos trabajando duro, guiado por la determinación de no rendirse nunca y la capacidad de usar su imaginación. En 1990, en una entrevista para la revista *Playboy*, Trump dijo que le gustaba contar la historia del hijo del minero: «El trabajador de la mina de carbón contrae la enfermedad de los pulmones negros, y así su hijo y luego su nieto. La mayoría de las personas no tiene la imaginación, o lo que sea, para abandonar la mina. No tienen “eso”. Si hubiera sido yo el hijo del minero, habría dejado la maldita mina»<sup>256</sup>. Se vende como un hombre que se ha hecho solo; sin embargo, Trump rara vez menciona los cuarenta millones de

dólares que heredó en 1974<sup>257</sup>, y mucho menos los contactos que hizo a través de su padre cuando comenzó a trabajar en el negocio familiar después de graduarse. Para Trump, estas eran circunstancias puramente fortuitas, en gran medida irrelevantes para explicar su propio éxito. Si hubiera sido hijo de un minero del carbón habría usado su imaginación para abandonar las minas. Habría acabado en una limusina, a pesar de todo.

El término «Sueño Americano» fue acuñado por el popular historiador James Truslow Adams en *La epopeya de América*, publicado en 1931. Lo definió como «el sueño de un orden social en el que tanto hombres como mujeres podrán alcanzar el máximo estatus social del que son capaces de forma innata, para ser reconocidos por lo que son, independientemente de las circunstancias fortuitas de nacimiento o posición»<sup>258</sup>.

Para entender la versión de Trump del Sueño Americano no hay que recurrir a Adams, sino al pastor estadounidense y orador motivacional Norman Vincent Peale, íntimo amigo de la familia Trump, hasta el punto de que ofició la boda de Trump con Ivana en 1977.

En su *best seller* de 1952, *El poder del pensamiento positivo*, Peale presenta una filosofía simple y funcional para ayudar a las personas a vivir vidas más felices y exitosas. La técnica es simple: «rezar, visualizar, actuar»<sup>259</sup>. Al usar esta técnica, se puede lograr cualquier cosa —vencer la derrota y tomar el control de las circunstancias de la vida—.

Al igual que Trump, Peale tenía el hábito de contarles anécdotas a las personas, asumiendo el papel de héroe. Escuchamos historias como la de una mujer que pudo recuperar a su marido visualizándole en casa; un alcohólico en fase de desintoxicación que Peale salva telepáticamente de una recaída; y un hombre que recupera un dedo de su pie pidiéndole al Señor que se lo envíe «de vuelta»<sup>260</sup>. Según Peale, estas historias ilustran una verdad profunda, a saber, que la actitud es más importante que los hechos. Esta revelación, continúa Peale, «vale la pena repetirla hasta que su verdad te atrape»<sup>261</sup>.

Seguramente, esta fue la «verdad» que se apoderó de Werner Erhard cuando dijo que no había víctimas en el mundo. Fue el mismo tipo de «verdad» que llevó a Oprah Winfrey a felicitar a las personas que habían sido despedidas. Fue esta «verdad» la que animó al presentador de televisión de Reino Unido, Noel Edmonds, a sugerir en un tuit que la causa del cáncer es

una mala actitud<sup>262</sup>. Y, también, esta es la verdad que se encuentra en el núcleo profundo de la ilusión de la felicidad.

No es fácil captar la crueldad que subyace a esta «verdad»; pero hay una escena extraordinaria en el documental *Three Miles North of Molkom*, de 2008, que nos puede ayudar. La película sigue a un grupo de personas que asisten a un festival *New Age* en Suecia. Practican yoga, sexo tántrico, abrazos a árboles y caminatas con fuego. También aprenden un arte marcial poco conocido llamado *bambú amarillo*. La idea de esta técnica es simple. Usas la energía psíquica para defenderte.

El grupo se para en una playa, dirigido por un instructor. «Inhala y baja la energía», dice; «y sácala de tus manos». Entonces vemos a una mujer. Se incorpora. Reúne tanta energía psíquica como puede, canalizando la energía del aire hacia su cuerpo, y luego a través de sus manos. El primer plano revela su nerviosismo. Se ve insegura, frágil. El instructor avanza a gran velocidad. Algo no está bien. ¡Bum! Cae al suelo, llorando.

Por si no ha quedado claro: disparar flechas invisibles de energía psíquica no ayuda cuando alguien nos ataca. Lo mismo es cierto para una actitud positiva. Una actitud positiva no será suficiente para ayudar al hombre sin hogar a salir de la calle y entrar en la limusina de Trump. No será suficiente para ayudar a una persona desempleada a obtener un trabajo bien remunerado. Y no curará el cáncer. Decir que las actitudes son más importantes que los hechos es una ilusión que un grupo de investigadores australianos pudieron confirmar<sup>263</sup>. Pidieron a 179 pacientes con cáncer que completaran cuestionarios para evaluar su optimismo. Después de la muerte de los pacientes los investigadores pudieron comprobar si había correlación entre los niveles de optimismo y la duración de su supervivencia. No había.

La ilusión de felicidad de Trump no se emplea para inspirar a la gente común a la hora de perseguir sus sueños, sino para normalizar la explotación y las grandes desigualdades. El mundo de Trump es una jungla del capitalismo perro-come-perro. «Semana tras semana», escribió Naomi Klein acerca del programa de Trump *El aprendiz*, «ofreció el argumento de ventas más importante de la teoría del libre mercado, diciéndoles a los espectadores que, al desatar su lado más egoísta y despiadado, en realidad se convertirían en héroes: crearían empleos y estimularían el crecimiento». «No seas amable, sé

un asesino. Así es como ayudas a la economía y, lo que es más importante, a ti mismo»<sup>264</sup>.

Cuando la ilusión de la felicidad de Reich alcanzó multitudes de jóvenes en la década de 1960 se basaba en la creación de una sociedad libre de restricciones, abusos y dominación. A pesar de que la realidad fuera menos optimista que la fantasía, todavía había esperanza. Más de media década después es difícil ver los restos de esta esperanza. La ilusión de felicidad plasmada por Trump, con su insistencia en la autenticidad y el placer, ya no parece tan atractiva. ¿Quién quiere ser auténtico cuando significa ser egoísta, despiadado y no escuchar a los demás? ¿Quién cree en el derecho al placer cuando Weinstein y Trumpusconi lo utilizan para aprovecharse de las mujeres? ¿Y cómo podemos creer que el trabajo es el camino hacia una vida auténtica llena de placeres cuando vemos trabajadores con salarios indecentes obligados a sonreír para que parezca que realmente disfrutan de su trabajo?

Desde Freud y Reich, a través de Aldous Huxley, Alan Watts y Timothy Leary, hasta Werner Erhard, Tony Hsieh y Donald Trump, la ilusión de la felicidad, de principio a fin, ha sido expresada y defendida por hombres. Mientras investigaba para escribir este libro, me frustró el hecho de tropezar constantemente con hombres; busqué activamente voces femeninas para equilibrar la balanza. Pero luego me rendí, pensando que sería mejor y más honesto dejar que estos hombres hablaran. Después de todo, esta fue su fantasía, al servicio de sus intereses. Claro, la ilusión de felicidad de los años sesenta fue más inclusiva. Las voces silenciadas anteriormente pudieron pronunciarse. Las voces femeninas, sin embargo, fueron suprimidas y manipuladas. Como Jenny Diski nos recuerda en su libro *Los sesenta*, el sexo ya no era un tabú, y resultaba extraño que las mujeres dijeran que no. «Fue difícil encontrar una justificación que no sonara egoísta a la hora de negarme a tener relaciones sexuales con alguien»<sup>265</sup>. Así que, incluso en esta época, la ilusión de felicidad tuvo índole fálica. Fue una fantasía de autodomínio, autenticidad y derecho al placer que muchos hombres explotaron para tener sexo. Fue, desde el principio, una fantasía basada en el prestigio y el estatus. Y más tarde, en los años setenta y ochenta, se convirtió en la fantasía de obtener y explotar el poder y las riquezas.

Cuando comenzamos a cuestionar los valores básicos que subyacen a esta

noción de felicidad, pronto nos damos cuenta de que no tenemos que vivir de esta manera. Se construyen ilusiones de felicidad. Son ensamblajes de los valores morales que se estiman en un momento determinado. Lo que consideramos como una vida feliz ahora, en el rico Occidente, es algo completamente diferente a lo que se contempló y persiguió en la antigua Grecia o en la Edad Media. También es diferente a cómo se construye la felicidad en otras partes del mundo, aunque la versión estadounidense de la ilusión de felicidad ha cruzado sus fronteras nacionales para influir en personas como yo, que pasamos gran parte de nuestra vida en el frío Norte, viendo la televisión estadounidense y escuchando música norteamericana.

A pesar de ser artificiales, estas fantasías tienen la habilidad casi mágica de parecer naturales e inevitables, como en los años sesenta y setenta, cuando la fantasía de la autorrealización y el placer se consideraron no solo ideales morales, sino exigencias morales. En otros períodos, como cuando Reich promovió por primera vez su noción de la felicidad sexual, la mayoría de las personas miraron a este fanático con suspicacia. Si las fantasías sobre la buena vida atraviesan períodos de estabilidad y períodos de inestabilidad, diría que ahora estamos en un punto en el que nuestra ilusión de felicidad actual comienza a desmoronarse. Mientras que el 0,1% de la población, la parte más rica, es recompensado con más recortes de impuestos, gran parte de la clase media y trabajadora estadounidense lucha para sobrevivir. Para ellos, y para muchos otros, la ilusión de la felicidad ha perdido su atractivo.

Y estas son buenas noticias, puesto que todo esto implica que ahora podemos comenzar a imaginar nuevas fantasías, más allá de las fantasías fálicas de autenticidad, hedonismo y autodomínio.

### ***¿Una ilusión de felicidad feminista?***

A diferencia de los críticos gastronómicos, que obtienen cenas gratis, las escritoras feministas reciben amenazas de muerte gratuitas, escribe Laurie Penny en *The Bitch Doctrine*. Comenta que, como escritora feminista, a menudo se le dice que su enojo no se debe a la política, sino a su incapacidad para tener relaciones sexuales. «He probado empíricamente esta hipótesis, y sigo teniendo exigencias», observa con ironía Penny. «Lo primero en la lista

es un mundo más amable»<sup>266</sup>.

Quizás este no sea un mal punto de partida a la hora de imaginar una nueva ilusión de felicidad, aunque es ingenuo atribuir demasiada importancia a una palabra (amabilidad) que se ha hecho popular entre las corporaciones y los políticos; basta con recordar, por ejemplo, el ridículo término acuñado por George W. Bush, «capitalismo compasivo». Aun así, en el actual clima de odio y crueldad, ciertamente podríamos ser todos un poco más amables.

Un paso en la dirección correcta podría darse dejando de pensar en la felicidad en términos de búsqueda personal. En vez de imaginar una ilusión de felicidad basada en la idea de que deberíamos ganar contra nosotros mismos y ser auténticos, tal vez podríamos imaginar una ilusión de felicidad en la que nos perdamos y nos volvamos inauténticos. Nos perderíamos porque reconoceríamos nuestra dependencia fundamental de los demás, hasta de personas que nunca conoceremos. En *Vida precaria*, la filósofa Judith Butler defiende firmemente la idea de imaginar una comunidad basada en la «vulnerabilidad y la pérdida», argumentando que la pérdida tiene un efecto transformador que puede hacer que las personas se unan en un «nosotros»<sup>267</sup>.

Las pérdidas y la vulnerabilidad abundan en el mundo de hoy, tanto si nos referimos a los refugiados que emprenden viajes desesperados con la esperanza de encontrar un lugar más seguro para vivir, como si nos centramos en las familias británicas más pobres que luchan para pagar las facturas, o en los estudiantes endeudados de Estados Unidos que trabajan gratis con la esperanza de encontrar un trabajo estable. Por diferentes que sean, estas experiencias de precariedad tal vez puedan formar la base de una noción compartida de lo que significa vivir juntos según un espíritu de interdependencia y solidaridad.

Semejante ilusión de felicidad estaría basada en la empatía y no en el egoísmo. Sería inclusiva en lugar de exclusiva, implicaría empatizar con las personas más vulnerables, como la mujer que llora en la playa después de haber sido atacada durante la sesión de *bambú amarillo*, con el desempleado o el enfermo de cáncer.

No se trataría de una fantasía que comienza con el sueño de la autorrealización del individuo, sino con una demanda colectiva de un mundo más compasivo, igualitario y sincero. Aldous Huxley dijo una vez que «hay

algo curiosamente aburrido en la felicidad de otra persona»<sup>268</sup>. Me acordé de estas palabras recientemente, cuando leí el libro de Lynne Segal, *Radical Happiness*: «como feminista —escribe— siempre me he tomado muy en serio los placeres y las alegrías de los demás»<sup>269</sup>.

A pesar de que Huxley, a diferencia de Trump, considerara que las diferencias humanas son un gran recurso para la sociedad, promovió una noción muy individualista de la felicidad. Lo que Segal presenta en su libro es algo mucho más atractivo. En lugar de la ilusión de felicidad personal que encontramos en los manuales de autoayuda, presenta una ilusión de felicidad política y colectiva basada en una experiencia de alegría compartida. Ella sostiene, con Cornel West, que la alegría puede atravesar la noción individualista de la felicidad. Puede sacarnos de nuestras experiencias diarias inmediatas y dirigirnos hacia valores más profundos, como el amor, la bondad y la solidaridad.

Una ilusión de felicidad feminista se tomaría en serio la felicidad y las vulnerabilidades de los demás. Y aunque madurara esperanzas sobre el futuro, no ocultaría verdades incómodas relacionadas con el estado del planeta, el estado de los derechos humanos y el estado de la justicia.

Guiados por tal fantasía, ya no nos impactarían aquellas personas, principalmente hombres, que se jactan de su transformación personal y de su búsqueda de la autenticidad. No recompensaríamos a aquellos, principalmente hombres, que persiguen egoístamente sus propios objetivos personales a expensas de los demás. Ya no toleraríamos las violaciones sexuales, cometidas casi exclusivamente por hombres, en nombre del derecho a la complacencia. Y juntos, mujeres y hombres, imaginaríamos nuevas formas de vivir y trabajar que no estén definidas únicamente por los valores del mercado.

¿Ingenuo, cierto? Claro que sí. Pero ¿a quién le importa? Como escribe Laurie Penny: «Por si no te has dado cuenta, hay una guerra en curso. El campo de batalla es la imaginación humana»<sup>270</sup>. Todo lo que quiero decir aquí, con mis últimas palabras, es que preferiría invertir emocionalmente en una fantasía imposible en la que puedo creer, que aferrarme a una ilusión que ha demostrado ser, una y otra vez, cruel y delirante.

- 
- [255](#) Naomi Klein, *No Is Not Enough: Defeating the New Shock Politics* (London: Allen Lane, 2017), p. 48.
- [256](#) Glenn Plaskin, «Playboy Interview: Donald Trump», *Playboy*, March 1990.
- [257](#) Amy Sherman, «Did Donald Trump Inherit \$100 Million?», *PolitiFact*, 7 March 2016.
- [258](#) James Truslow Adams, *The Epic of America* (New York: Little, Brown, and Co., 1931), p. 404.
- [259](#) Norman Vincent Peale, *The Power of Positive Thinking* (New York: Fireside, 1952/2003), p. 45.
- [260](#) Peale, *The Power of Positive Thinking*, p. 99.
- [261](#) Peale, *The Power of Positive Thinking*, p. 10.
- [262](#) Ver Carl Cederström, «No Deal, Noel Edmonds. Positive Thinking Can't Cure Cancer», *Guardian*, 8 June 2016.
- [263](#) Penelope Schofield, David Ball, Jennifer G. Smith, Ron Borland, Peter O'Brien, Sidney Davis, Ian Olver, Gail Ryan y David Joseph M.D., «Optimism and Survival in Lung Carcinoma Patients», *Cancer* 100(6), 2004, pp. 1276-1282.
- [264](#) Klein, *No Is Not Enough*, p. 48.
- [265](#) Diski, *The Sixties*, p. 61.
- [266](#) Laurie Penny, *Bitch Doctrine: Essays for Dissenting Adults* (London: Bloomsbury, 2017; Kindle edn), loc. 126.
- [267](#) Judith Butler, *Prekarious Life: The Power of Mourning and Violence* (London: Verso Books, 2004), p. 20.
- [268](#) Aldous Huxley, «Cynthia», in *Limbo: Six Stories and a Play* (London: Chatto & Windus, 1950), p. 247.
- [269](#) Lynne Segal, *Radical Happiness: Moments of Collective Joy* (London: Verso Books, 2017; Kindle edn), loc. 51.
- [270](#) Penny, *Bitch Doctrine*, loc. 23.

## AGRADECIMIENTOS

Aunque completamente revisitado, este libro se basa —en parte— en algunos de mis ensayos, publicados anteriormente. Especialmente, en la introducción de mi ensayo *Dangers of Happiness*, publicado en el *New York Times* (18 de julio de 2015). Los capítulos 1 y 2 se inspiran en mi artículo *Hundra år av narcissism* («Cien años de Nacionalismo»), publicado en la revista sueca *Arena* (3 de diciembre de 2015). Para el capítulo 2 he empleado algunas secciones de mi artículo «Beware Inspirational Online Images – They May be More Insidious Than You Think», publicadas en *The Guardian* (10 de julio de 2015); y para el capítulo 3 he revisitado algunos pasajes del artículo «The 9-to-5 Workday as Liberation», publicado en *The Atlantic* (10 de septiembre de 2015).

Me gustaría agradecer a mi editor Pascal Porcheron por ayudarme pacientemente a montar este libro. Gracias también a Peter Fleming, Mikael Holmqvist, Jenny Jägerfeld, Michael Marinetto, Darin M. McMahon, Roland Paulsen, André Spicer y a un revisor anónimo por leer el manuscrito y proporcionar valiosos comentarios. Gracias también a Justin Dyer por su excelente edición. Finalmente, gracias a Sally, Esther y Ellen, por todo.

Título original: *The Happiness Fantasy*

Esta obra ha sido publicada por primera vez en 2018 por Polity Press. Esta traducción ha sido publicada por acuerdo con Polity Press Ltd., Cambridge.

Edición en formato digital: 2019

Copyright © Carl Cederström, 2018

El derecho de Carl Cederström a ser identificado como el autor de esta obra ha sido confirmado por él de acuerdo con la ley inglesa de Copyright, Diseños y Patentes de 1998

© Traducción: Giulia Togato, 2019

© Alianza Editorial, S. A., Madrid, 2019

Calle Juan Ignacio Luca de Tena, 15

28027 Madrid

[alianzaeditorial@anaya.es](mailto:alianzaeditorial@anaya.es)

ISBN ebook: 978-84-9181-461-0

Está prohibida la reproducción total o parcial de este libro electrónico, su transmisión, su descarga, su descompilación, su tratamiento informático, su almacenamiento o introducción en cualquier sistema de repositorio y recuperación, en cualquier forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, conocido o por inventar, sin el permiso expreso escrito de los titulares del Copyright.

Conversión a formato digital: REGA

[www.alianzaeditorial.es](http://www.alianzaeditorial.es)